

献立表 (令和2年 1月)

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	水				16	木	ポークウインナー 目玉焼き りんご 小松菜の煮浸し みそ汁	シー(鶏と野菜のトマトスープ煮) えびと蓮根のおろし和 白菜煮浸し みそ汁	(特食) 牛ステーキ サラダ 野菜スープ オレンジ りんご
2	木				17	金	パン スクランブルエッグ ベーコンポテト焼 オレンジ 菜の花のからし和	牛肉と筍の煮物 おくら塩ゆで キャベツと胡瓜のシソ昆布和 野菜スープ 白桃ゼリー	テリマヨ肉団子 スイートポテトサラダ サイコロこんにやくの小海老煮 豚汁
3	金				18	土	豆腐ハンバーグ黒酢五目あん コーンサラダ オクラとなめこの和物 清し汁 ひじきご飯	柚子醬油からあげ 松前煮 筍わさびマヨネーズ和 みそ汁	豚と野菜の焼あご塩だし煮 家常豆腐 チンゲン菜の和物 みそ汁
4	土				19	日	ロールパン ロースハム バナナ 明太子ごぼうサラダ コンソメスープ	豚こらたまマヨ炒め 三色ごま酢和 シーフードスパ みそ汁 やわらか杏仁	ダッカルビ(韓国ご当地メニュー) ほうれん草のナムル 春雨ごま醤油和 わかめスープ
5	日				20	月	鯖ごま焼 温泉たまご 味付もずく 清し汁	野菜チキンロールカツ アスパラごまサラダ つきこんにやくすき焼き風煮 みそ汁	豚バラ肉と野菜の蒸し物 煮豆 チンゲン菜のさっぱりサラダ みそ汁
6	月				21	火	フレンチトースト チキンステーキ 小松菜の煮浸し 野菜スープ	テリタルボーク 肉入りコロツケ スナックえんどうマヨネーズ和 みそ汁	鶏の赤ワインソース煮 白菜とハムのドレッシングサラダ 里芋とブロッコリーのそぼろ煮 みそ汁
7	火				22	水	ベーコンポテト焼 オムレツ 金平ごぼう わかめスープ フルーツヨーグルト	ハヤシライス まんぞくコロツケ サラダ	ピリ辛味噌マヨカツ チキンと風ドレッシング和 胡瓜の酢物 みそ汁
8	水	鯖塩焼 ゆで卵 ひじき煮 みそ汁	チーズインメンチカツ イカフライ シルバーサラダ じゃが芋のべっコンソテー みそ汁	ガイヤーン(タイ風焼鳥) 大根とハムのサラダ わかめのごま風味和 みそ汁	23	木	ハムステーキベッパー焼 ゆで卵 鯛みそ 味付とろろ みそ汁	麻婆チキン ひじき豆と水菜の和サラダ 大根とベーコンのコンソメ炒め 野菜スープ	マグロのマリネ 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ
9	木	ロースハム スクランブルエッグ 法蓮草とコーンのソテー ツナサラダ フルーツヨーグルト	血うどん 鶏ササミ串カツ サラダ	デミグラスロールキャベツ いかのドレッシング和 スハゲチキホリタン 野菜スープ	24	金	パン ポークウインナー スクランブルエッグ りんご コンソメスープ	イカのレモンポン酢和 ジャーマンサラダ チンゲン菜と牛肉のオイスターソース炒め 赤だし 原宿ドッグ	チーズinハンバーグ スパゲティナポリタン コンソメスープ
10	金	ピザトースト ポークウインナー ブロッコリーとコーンのソテー 野菜入りコンソメスープ	鶏肉の2色ごま揚げ ひじきと揚げの煮付 春雨と青梗菜のキムチ煮 みそ汁	ケイジャンチキンソテー チンゲン菜のナムル じゃが芋のスープ煮 みそ汁	25	土	温泉たまご 豆腐ハンバーグ黒酢五目あん オクラとなめこの和物 みそ汁	豚天の甘露煮 もやしのごま和 なすのトマト煮込み みそ汁	焼き鯖の炒め高菜添え 切干大根のマヨネーズサラダ 鞍馬煮 みそ汁
11	土	炒り豆腐 肉団子 スティック野菜 わさび菜のお浸し すまし汁	白身魚のマリネ 小松菜のお浸し 南瓜と人参の胡麻まぶし みそ汁 ワインゼリー	厚切りハムカツ ごまとかつソース 胡瓜の酢味噌和 スナックチキン みそ汁	26	日	クロワッサン ロースハム スペイン風オムレツ グリーンサラダ エンドウとコーンのソテー	黒酢豚 ビーフンサラダ 揚げようざ ごま風味チゲスープ アセロラミルク	鶏肉の完熟梅おろしソース 海の幸卵スハゲチキナ 市松煮 みそ汁
12	日	クロワッサン ベーコンスライス 野菜ソテー ツナサラダ バナナ	鶏肉酢豚風 松前煮 切干大根と小えびの煮付 みそ汁	牛肉コロツケ 人参と豆苗のシリシリ 菜の花の和物 みそ汁	27	月	目玉焼き 肉団子ケチャップ和 角切りポテトサラダ コンソメスープ	鶏の照焼 マカロニと四色素材のサラダ 大根と刻み揚げのピリ辛炒め みそ汁	豚肉のコンソメ粉焼 ひじきと揚げの煮付 里芋のゆず風味サラダ みそ汁
13	月	ハヤシソース入りオムレツ ベーコンスライス マカロニサラダ りんご コンソメスープ	豚肉のマリナード焼 若布とオクラの和物 じゃが芋の炒め物 みそ汁	白身魚ベトナム竜田揚げ れんこんごま煮 ペンネのトマト炒め みそ汁	28	火	パン プレーンオムレツ ロースハム コーンソテー コンソメスープ	牛肉のしぐれ煮 高菜と人参のごま油炒め 三色野菜のドレ和 みそ汁	エビマヨ グリル野菜ソテー くずきりの酢物 みそ汁
14	火	ホットケーキ ミートオムレツ グリーンサラダ 焼ポテト コンソメスープ	鶏肉のバジルソース焼 茄子ごま和 筍とさつま揚げの煮物 みそ汁	ポーク南蛮 タルタルソース ひじきとあげの煮付 ほうれん草白和 みそ汁	29	水	鮭の塩焼 味付とろろ サラダ 春雨スープ	チャンボン麺 焼き餃子 サラダ	チキンカツ 小松菜と小エビのお浸し 金平牛蒡 みそ汁
15	水	鯖ごま焼 くずきりの酢物 ミニ納豆 れんこん高菜炒め みそ汁	豚丼 温泉たまご サラダ みそ汁	ロースチキンのわさび醤油 五穀入りビーンズサラダ 大根といかの煮付け みそ汁	30	木	イリアンソース入りオムレツ 大豆と蓮根のマヨネーズ'サラダ' キャベツの香味和 バナナ みそ汁	揚豚甘辛和 蒸しシューマイ とり酢 たまごスープ	ぶりフライ イカフライ クリームスパゲティ エンドウと赤ピーマンの和物 赤だし
					31	金	ホットドッグ マカロニサラダ サラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	ケイジャンチキン なすの生姜炒め 切干大根の中華サラダ みそ汁 黒ゴマプリン	牛カルビ炒め シルバーサラダ 肉入りコロツケ スープ

冬
季
休
暇

※ 都合により、献立を変更する場合があります。