

献立表 (令和5年 1月)

日付	曜日	朝食	昼食	夕食	日付	曜日	朝食	昼食	夕食
1	日				16	月	鯖塩焼 温泉たまご 味付もずく すまし汁	チーズinメンチカツ エビミックスフライ アスパラごまサラダ つきこんにゃくすき焼き風煮 みそ汁	豚バラ肉と野菜の蒸し物 煮豆 青梗菜のさっぱりサラダ みそ汁
2	月				17	火	パン チキンステーキ ポテトサラダ 野菜スープ	テリタルボーク 小松菜白和 スナッフ エンドウマヨネーズ 和 みそ汁	エビカツ 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
3	火				18	水	ベーコンソテー 彩りオムレツ 金平ごぼう みそ汁	ハヤシライス まんぞくクロッケ サラダ	鶏塩唐揚 和風なすスパゲティ 胡瓜の酢物 みそ汁
4	水				19	木	ハムステーキベッパ-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	豚焼肉 春雨サラダ 高野の塩生姜煮 わかめスープ
5	木				20	金	パン ボークウィンナー スクランブルエッグ りんご コンソメスープ	いか天ぷら ジャーマンサラダ 青梗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 フライドポテト スパゲティナポリタン コンソメスープ
6	金				21	土	ゆで卵 豆腐野菜ハンバーグ黒酢あん オクラとなめこの和物 みそ汁	甘辛豚から揚げ もやしのごま酢和 なすのトマト煮込み みそ汁	タルタル風味の一口まぐるカツ 切干大根のマヨネーズ'サラダ' 鞍馬煮 みそ汁
7	土	ハヤシソース入りオムレツ 肉団子ケチャップ和 コンソメスープ わさび菜のお浸し	鶏肉酢豚風 松前煮 小松菜とお浸し 切干大根と小えびの煮付 みそ汁	ビーフメンチカツ ごまとんかつソース 胡瓜の酢味噌和 筍とキノコの金平風 みそ汁	22	日	ツナコーントースト ローズハム 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	黒酢酢豚 ビーフンサラダ 揚げぎょうざ ごま風味チゲスープ アセロラミルク	鶏肉のトマト汁煮 海の幸マヨ'サラダ' 市松煮 みそ汁
8	日	クロワッサン ベーコンソテー 野菜ソテー ツナサラダ バナナ	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	牛肉コロッケ 人参と豆苗のシソシリ 菜の花の和物 みそ汁	23	月	温泉たまご 肉団子ケチャップ和え 角切りポテトサラダ みそ汁	鶏の照焼 マカロニのドレッシング'サラダ' 大根と刻み揚げのピリ辛炒め みそ汁	ポークソテー ひじきとあげの煮付 里芋の柚子味噌和 みそ汁
9	月	ハムステーキ マカロニサラダ りんご コンソメスープ	鶏の赤ワインソース煮 えびと蓮根のおろし和 白菜煮浸し みそ汁	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	24	火	パン ブレンオムレツ ローズハム 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 茄子のボン酢炒め みそ汁	エビカツ グリル野菜ソテー くずきりの酢物 みそ汁
10	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	ポーク南蛮 タルタルソース 茄子とさつま揚げの煮物 みそ汁	海老フライ 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	25	水	さわら塩焼 味付とろろ 大豆と蓮根の'マヨ'サラダ' みそ汁	チャンボン麺 揚げ餃子 サラダ	ジャンボチキンカツ 小松菜と小エビのお浸し 金平牛蒡 みそ汁
11	水	鯖ごま焼 ミニ納豆 サラダ 高菜と人参のごま油炒め 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 ビーンズ'マカロニ'サラダ' 大根といかの煮付 みそ汁	26	木	イタリアンソース入りオムレツ 大豆もやしの塩だれナムル サラダ 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	イワシしそフライ 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
12	木	ポークウィンナー 温泉たまご りんご 小松菜の煮浸し みそ汁	豚肉スタミナ焼 若布とオクラの和物 じゃが芋の炒め物 みそ汁	とり南蛮漬 春雨キムチ風味 里芋と大豆の煮物 みそ汁	27	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 黒ごまプリン	牛カルビ塩ダレ炒め シルバーサラダ 肉入りコロッケ コンソメスープ
13	金	パン スクランブルエッグ 豆腐野菜ハンバーグ オレンジ みそ汁	柚子醤油唐揚げ 松前煮 筍わさびマヨネーズ和 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	28	土	鯖塩焼 茶そば風こんにゃく'サラダ' 温泉たまご サラダ みそ汁	豚ロースシユ-リー'風 大豆'サラダ' 高野と椎茸の含煮 みそ汁	タンドリーチキン 胡瓜とイカの辛子酢味噌和 筍中華炒め コンソメスープ
14	土	チキンステーキ 温泉たまご オクラとなめこの和物 すまし汁	豚ニラたまご炒め 三色ごま酢和 シーフードスパ みそ汁	牛肉とマッシュルームの 'ガーリック'ベッパ-炒め こんにゃくのそぼろ煮 くらげと大根の和物 みそ汁	29	日	ロールパン ポークウィンナー キウイフルーツ コンソメスープ	チキンソテー ブロッコリーとコーンのソテー 里芋と牛肉の山椒煮 国産もものタルト	豚焼肉 さっくりメンチカツ こんにゃく'梅味'噌和え みそ汁
15	日	ロールパン ローズハム バナナ 明太子ごぼう'サラダ' コンソメスープ	揚げカレイ 蓮根ごま煮 ペンネの'トマト'炒め みそ汁 イチゴクレープ	豚肉の'チンジャオ'ロース 蓮根高菜炒め 白菜からし和 みそ汁	30	月	カップグラタン カニかまぼこ ミニ納豆 角切りポテト'サラダ' みそ汁	とんちゃん インゲンと'コンニャク'の炒め煮 竹輪と若布のぬた みそ汁	牛肉と玉葱のごま炒め ビーフソテー 大豆ドレッシング'サラダ' 赤だし
					31	火	ピザトースト ブレンオムレツ 'ブロッコリー'と'コーン'のソテー コンソメスープ	ビーフメンチカツ 鶏唐揚げ シルバー'サラダ' じゃが芋の'ペペロン'ソテー みそ汁	豚ロース塩レモン'ベッパ-'焼 オクラの'胡麻'ドレ和 大根と小えびの煮付 野菜スープ

※ 都合により、献立を変更する場合があります。