

# 1月分献立表

	月	火	水	木	金	土
選択食						4日
通常献立						A: お雑煮 (清汁仕立て) B: お雑煮 (白味噌仕立て)
おやつ						赤飯 <b>おせち料理</b> びわ缶 カスタードケーキ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
選択食	A: 鮭の塩焼き B: 鶏肉の治部煮	A: 海老炒飯 B: 肉団子のブラウンシチュー煮	<b>長寿ご飯の日</b>	A: ホキの照り焼き B: 牛皿	<b>新年舟盛り祝い膳</b>	A: 鱈の甘辛煮 B: 鶏じゃが
通常献立	ご飯 祝肴 いんげんの胡麻炒め 茄子の生姜和え・味噌汁	ご飯 (B) 祝肴 キャベツのコンソメ煮・大根のサラダ トマトスープ (A)・みかん缶	ご飯 祝肴 肉団子の酢豚・冷奴 (中華風) さきみと胡瓜の中華和え・中華スープ	ご飯 祝肴 がんもの煮物・味噌汁 オクラと鶏肉のおかか和え	舟盛り ちらし寿司 竹の子とがんもの煮物 赤だし・デザート	ご飯 祝肴 チンゲン菜の炒め物 白菜の柚子和え・味噌汁
おやつ	もみじ饅頭	<b>七草粥</b>	チョコカステラ	牛乳ケーキ	柚子饅頭	<b>トックぜんざい</b>
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
選択食	A: 鱈の味噌マヨ焼き B: 豚肉と玉子の炒め物	A: ホッケの七味焼き B: 鶏肉の山椒煮	A: 鱈の梅煮 B: 牛肉のオイスター炒め	A: プリ大根 B: 鶏肉の塩麴焼き	A: 白身魚のバター焼き B: 豚肉の生姜焼き	<b>長寿ご飯の日</b>
通常献立	ご飯 南瓜のいとし煮 ほうれん草のわさび和え お吸い物	ご飯 焼き茄子 アスパラのお浸し 味噌汁	ご飯 ぜんまいの煮物 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 里芋の煮物 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 ジャーマンポテト ピクルス コンソメスープ	炊き込みご飯 (半量) 柚子おろしうどん 春菊の錦糸和え キャベツのたらこ炒め
おやつ	エクレア	ワッフルスティック	薄皮利休	カルシウムせんべい	黒糖棒	おかしなバナナ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
選択食	A: 赤魚の照り焼き B: 豚肉の生姜炒め煮	A: カレイの煮付け B: 鶏肉の照り焼き	A: ホキの南部焼き B: とんかつ	<b>新年会</b>	A: 鯖の塩焼き B: 焼きそばのトロトロ玉子のせ	A: 魚の野菜あんかけ B: 豚肉の塩だれ炒め
通常献立	ご飯 ピーマンと竹輪の炒め物 長芋の短冊 味噌汁	ご飯 蓮根の金平 胡瓜の酢の物 味噌汁	ご飯 ひじきの煮物 豆腐サラダ お吸い物	カニ鍋 菜飯 胡瓜の酢の物 お吸い物・デザート	菜飯 (B半量) さつま芋の甘煮 しろ菜とちりめんの和え物 お吸い物	ご飯 白菜とカニかま煮 ブロッコリの胡麻和え 中華スープ
おやつ	どら焼き	やわらかおかき (のり塩)	ミニマフィンショコラ	蒸しきんつば	シュークリーム	やわらかおかき (うす塩)
	27日	28日	29日	30日	31日	
選択食	A: かき揚げ B: 牛肉の甘辛炒め	<b>長寿ご飯の日</b>	A: 鱈の西京焼き B: 鶏肉の生姜焼き	A: 鱈の蒲焼 B: 豚大根	A: ホキの柚子香煮 B: 鶏肉の南部焼き	
通常献立	ご飯 金時豆 胡瓜の梅肉和え お吸い物	オムライス ポテトサラダ ヨーグルト コンソメスープ	ご飯 高野豆腐の含め煮 白菜の和え物 お吸い物	ご飯 竹輪の金平 しろ菜の錦糸和え 味噌汁	ご飯 ピーマンのじゃこ炒め ごぼうのサラダ お吸い物	
おやつ	やわらかおかき (きなこ)	抹茶饅頭	キングドーナツ	ミニフィナンシェ	酒饅頭	