令和5年 1月 献立予定表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
赤飯 ぶりの照り焼き 盛り合わせ〔鶏肉の八幡巻き・有頭海老・芋きんとん・伊達巻き・紅白かまぼこ〕 菊花みかん 赤だし汁	ご飯 天ぷら盛り合わせ〔海老・さつまいも・梅しそ鶏天・オクラ〕 お刺身〔まぐろ・サーモン〕 いちごのムース お吸い物	ご飯 たらのおろし煮 かぼちゃの煮物 フルーツ〔洋梨〕 味噌汁	ご飯 鶏肉のオニオンソースがけ ツナポテト フルーツ〔黄桃〕 コンソメスープ	ご飯 めばるのバター醤油焼き さつま芋と昆布の煮物 フルーツ〔バナナ〕 味噌汁	けんちんうどん えびともやしの炒め物 フルーツ〔パイン〕	ご飯 梅とチーズのささみフライ なすとピーマンの炒め煮 フルーツ〔りんご〕 味噌汁
8	9	10	11	12	13	14
ご飯 肉団子の酢豚 小松菜のナムル フルーツカクテル 中華スープ	ご飯 海老と厚揚げの塩炒め 梅ごぼうサラダ フルーツ〔オレンジ〕 中華スープ	チキンカレー 福神漬け マカロニ彩りサラダ フルーツ（白桃） コンソメスープ	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め 春巻き フルーツ〔マンゴー〕 中華スープ	ご飯 たらのムニエル ハムともやしの炒め物 フルーツカクテル コンソメスープ	焼きそば 肉しゅうまい 青りんごゼリー 中華スープ	ゆかりご飯 ぶり大根 大学芋風 フルーツ（洋梨） 味噌汁
15	16	17	18	19	20	21
親子丼 れんこんのみそ炒め煮 フルーツ〔みかん〕 味噌汁	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き ふろふき大根 フルーツ〔バナナ〕 お吸い物	麦ご飯 銀だらの照り焼き 根菜の筑前煮 フルーツ〔黄桃〕 味噌汁	チャーハン 小籠包と春巻き 杏仁フルーツ 春雨スープ	ご飯 たらの香味蒸し 里芋の煮物 フルーツ〔マンゴー〕 味噌汁	味噌ラーメン 小松菜のナムル いちごのムース	エビピラフ キッシュ風オムレツ ピクルス フルーツ〔キウイ〕 コンソメスープ
22	23	24	25	26	27	28
ご飯 ブルコギ ほうれん草のナムル フルーツ〔メロン〕 中華スープ	麦ご飯 白身魚の南蛮漬け かぶの信田煮 フルーツ〔りんご〕 お吸い物	ご飯 鶏肉のクリーム煮 ジャーマンポテト フルーツ〔パイン〕 コンソメスープ	ご飯 八宝菜 餃子 杏仁豆腐 中華スープ	ご飯 めだいの照り焼き なすのみそ炒め フルーツ〔洋梨〕 お吸い物	スパゲティナポリタン ごぼうサラダ フルーツ〔オレンジ〕 コンソメスープ	ご飯 チーズインデミハンバーグ マカロニサラダ フルーツ〔パイン〕 コンソメスープ
29	30	31				
大根葉の混ぜご飯 黄金カレイの煮付け れんこん金平 フルーツ〔キウイ〕 味噌汁	ご飯 たらの菜種焼き マカロニのクリーム煮 フルーツ〔オレンジ〕 コンソメスープ	ご飯 鶏肉ムニエル かぼちゃのそぼろあん フルーツ〔マンゴー〕 コンソメスープ				