



1月の食事メニュー



	月	火	水	木	金	土
日付		1	2	3	4	5
行事		年始休業	年始休業	年始休業	★営業開始★	
昼食					親子丼 みぞれ和え すまし汁(豆腐) らっきょう漬け いちご	ご飯 磯辺焼き ひじきの炒り煮 味噌汁(かぼちゃ) ネーブル
おやつ					甘酒・かるかん ご飯	和菓子 麦飯
夕食					鮭のチャンチャン焼き おくらとひじきのしそ和え すまし汁(もずく)	鶏唐揚げねぎソース かぼちゃサラダ 野菜スープ
日付	7	8	9	10	11	12
行事						
昼食	七草粥 香味焼き 里芋ごま味噌和え すまし汁(焼き麩) バナナ	ご飯 じゃがいもコロケ 卵サラダ コンソメスープ(わかめ) みかん	巻き寿司 松島焼き かぼちゃの小倉煮 すまし汁(梅ソーメン) いちご	麦飯 チキン南蛮 盛り合わせサラダ ほたてスープ バナナ	ご飯 魚のステーキ風 さつまいものミルク煮 すまし汁(かまぼこ) ネーブル	ご飯 鶏肉の竜田揚げ カニかまのなます 雷汁 みかん
おやつ	蒸饅頭 ご飯	りんごケーキ ご飯	蒸饅頭 ご飯	蒸饅頭 ご飯	ぜんざい ご飯	和菓子 ご飯
夕食	肉豆腐 レモン和え すまし汁(茶そば)	エビの炒り豆腐 ほうれん草のごま和え すまし汁(えのき)	クリームシチュー キャベツサラダ 刻み高菜	蒸し魚のくずあんかけ 野菜の生姜醤油和え すまし汁(うずらの卵)	豚肉の卵とじ 梅肉和え 赤だしわかめ	鯖の味噌煮 野菜の辛子醤油和え かき玉汁
日付	14	15	16	17		
行事						
昼食	ご飯 鶏肉の甲州蒸し キムチ和え すまし汁(はんぺん) いちご	ご飯 南部焼き 人参のきんぴら きりこみ汁 ネーブル	ご飯 鶏ミンチの五目蒸し ほうれん草のピザ和え すまし汁(エビボール) みかん	おにぎり 肉そば 炒り豆腐 べったら漬け バナナ		
おやつ	やわらかサブシ ご飯	蒸饅頭 ご飯	シルキーコッタ(抹茶) 麦飯	黒糖蒸しパン ご飯		
夕食	鱈の揚げ煮 ブロッコリー・柚子味噌かけ すまし汁(あさり)	牛肉炒め キャベツの酢の物 すまし汁(大根)	豆腐ステーキ ポテトサラダ 野菜スープ	揚げ魚ねぎソース オクラの胡麻よごし 吉野汁		

※仕入れ等の都合により、予告なくメニューが変更になる場合がございます。
 ※利用者様個人のアレルギー・嗜好を考慮しメニューを変更する場合がございます。