

週間献立表

	朝食	昼食	夕食
1月 12日 (日)	ご飯・味噌汁 鮭塩焼き 細切り昆布の煮物 小松菜お浸し パイ缶 牛乳	ご飯、コンソメスープ ポークチャップ チンゲン菜とハム炒め ごぼうサラダ	ご飯、味噌汁 ほっけ粕漬け焼き 加賀揚げ 白菜のゆかり和え 
13日 (月)	ご飯、味噌汁 温泉卵 豚バラ大根の煮物 たけのこ筍と菜の花のお浸し みかんヨーグルト 牛乳	ご飯、味噌汁 さば味噌煮 炒り豆腐 ほうれん草のり和え	ご飯、味噌汁 ハンバーグきのこあんかけ ジャーマンポテト 野菜サラダ
14日 (火)	ご飯・味噌汁 信田煮 冬瓜そぼろあんかけ オクラと山芋のねばねばサラダ ぶどう缶 牛乳	ご飯、味噌汁 ユーリンチー  えび海鮮餃子 スナップエンドウお浸し	ご飯、味噌汁 そい塩こうじ漬け焼き 野菜ソテー 揚げナス浸し 
15日 (水)	ご飯・味噌汁 海鮮バーグ  ふきの煮物 南瓜サラダ 黄桃ヨーグルト 牛乳	カレーうどん いなり寿司 玉子ロール チンゲン菜と 蟹カマの和え物	ご飯、味噌汁 豚しゃぶごまだれかけ 春菊とちくわの煮浸し なめこおろし
16日 (木)	ご飯・味噌汁 いわしの梅煮 塩こうじ金平 いんげんの胡麻和え マンゴー缶 牛乳	ご飯、味噌汁 赤魚の煮付け もやし炒め 彩り野菜の和え物	ご飯、味噌汁 鶏肉のマスタード焼き 黒豆がんも煮 あさりとキャベツの生姜和え 
17日 (金)	ご飯・味噌汁 彩り野菜の玉子焼き アワビ茸時雨煮 彩り野菜のお浸し アロエヨーグルト 牛乳	ご飯、味噌汁 豚肉の生姜焼き 芋づるぜんまいの田舎煮 菜の花梅オカ力和え	ご飯、味噌汁 たらみりん漬け焼き はんぺんチーズフライ 胡瓜の酢味噌和え
18日 (土)	ご飯・味噌汁 納豆  肉じゃが ほうれん草わさび和え リンゴ缶 牛乳	五目御飯、味噌汁 豆腐ステーキ甘酢あん にしん甘露煮 塩だれナムル	ご飯、味噌汁 鶏肉と大根の白だし煮 小松菜ジャコ炒め ペンネサラダ 

仕入の都合により献立の一部を変更する場合があります、ご了承下さい。