



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1月1日	1月2日	1月3日	1月4日
					ハンバーグデミソース
					マカロニソテー
					ブロッコリーサラダ
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日
鶏の唐揚げ	◇シーフードカレー	豚肉のプルコギ風	チキン南蛮風	ますのだし醤油焼き	◇かしわうどん
かぶのくず煮風	◇コンソメスープ	ひじきの煮物	ポテトのクリーム煮	ふきと竹輪の炒り煮	キャベツとツナのサラダ
ピーマン塩ナムル	もやしサラダ	小松菜のお浸し	オクラのだし和え	ほうれん草わさび和え	◇ミニたい焼き
	◇りんごゼリー				
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
【成人の日】 五目ごはん	ます漬け焼き	豚肉の山椒炒め	海老かつの卵とじ	◇きつねそば	あじのパン粉焼き
フライ盛り(豚野菜巻、えび)	冬瓜のくず煮	さつまいもバター醤油煮	ひじきと大豆の炒り煮	菜の花カニカマ和え	豆腐と春菊のさつと煮
ほうれん草おかか和え	いんげんと蒸し鶏の和え物	ブロッコリーくるみ和え	キャベツの和え物	◇フルーツカクテル	ごぼうサラダ
みかんの缶詰					
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
さばの南蛮漬け	チキンカツ	たら塩麴マヨ焼き	◇味噌ラーメン	照焼きハンバーグ	豚肉のぼん酢生姜炒め
冬瓜の煮物	切干大根の煮物	さつまいもの甘煮	ブロッコリーフレンチ和え	チンゲン菜と海老のソテー	ブロッコリーのかにあんかけ
豆コーンサラダ	ピーマンのごま風味和え	春菊の白和え	◇パイン缶詰	マカロニサラダ	茄子のおかか和え
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
ささみ大葉フライ	あじの蒲焼	◇たぬきそば	白身魚の和風あんかけ	◇挽肉カレー	
南瓜の煮つけ	しゅうまいのチリソース	南瓜コロッケ	ひじきの煮物	◇コンソメスープ	
キャベツのしらす和え	蒸し鶏ともやしサラダ	◇ぶどうゼリー	ほうれん草と卵の和え物	ブロッコリーのサラダ	
				洋梨の缶詰	

※黄色は、行事食や麺類・丼もの・カレー等のリクエスト食です。