

○○ 献立一覧表 ○○

2025年12月29日(月)～2026年1月31日(土) [デイ]

	12/29(月)	30(火)	31(水)	1/1(木)	2(金)	3(土)
昼食	ごはん(肉の日) かつとじ 白菜の煮浸し もずく酢 みそ汁(もやし) 香の物	◎お楽しみ食 ビビンバ丼 温泉玉子 白菜キムチ ソーダゼリー				
昼間食	やわらかおかき のり塩味	おしるこ(白玉団子2個) 塩昆布				
	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
昼食	ごはん 鯖の塩焼き 春雨炒め 野菜サラダ すまし汁(白菜) 白いんげん豆	もち麦ごはん 鶏じやが れんこんじゃこ炒め オクラのポン酢和え みそ汁(冬瓜) わかめサラダ	ごはん 鯖のカレー風味焼き ジャーマンポテト ほうれん草のお浸し みそ汁(ごぼう) 香の物	ミートスパゲティー 卵のオープン焼き キャベツのサラダ スープ(カリフラワー) 青りんごゼリー	ごはん かれいの胡麻はちみつ焼き 甘辛豆腐の卵とじ もやしのゆかり和え みそ汁(南瓜) 香の物	ごはん 鶏肉のソテー甘酢かけ 里芋の信田煮 小松菜の胡麻和え みそ汁(オクラ) 香の物
昼間食	手作りりょうかん(いちご)	ミニミルクチョコ 紅茶	厚切りカットバウム 紅茶	さつま芋のおはぎ	カステラ 紅茶	しっとり饅頭(吹雪)
	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
昼食	ごはん 唐揚げのおりしポン酢添え ねぎ入り卵焼き 春菊の辛子和え みそ汁(豆腐) 香の物	もち麦ごはん 鯖の鳴門煮 炒り豆腐 オクラのおかげ和え すまし汁(玉ねぎ) 長芋とろろ	ごはん 豚肉と野菜の焼肉炒め 冬瓜とさつま揚げの煮物 白菜サラダ すまし汁(卵) 香の物	チキンカレー キャベツとワインナーの炒め物 フルーツヨーグルト スープ(青菜) マカロニサラダ	◎防災訓練 ごはん 肉じゃが えいようかん	ごはん かれいの香味焼き ほうれん草の炒め煮 ボテサラダ すまし汁(そうめん) 香の物
昼間食	ムースエクレア 紅茶	ミニたい焼き	パンケーキ(メープル) 紅茶	ミニアップルデニッシュ 紅茶	しっとりどら焼き(ずんだ)	ドーナツ 紅茶
	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
昼食	ふりかけごはん(ミニ) 亀山味噌焼きうどん がんものの煮物 おろし和え すまし汁(玉ねぎ) ベリーミックスゼリー	海鮮ちらし寿司 金平ごぼう すまし汁(春菊)	ゆかりごはん 豆腐グラタン じやが芋のケチャップ炒め 小松菜のピーナツ和え コンソメスープ(冬瓜) フルーツ(パイント缶)	ごはん 鯖の昆布茶焼き 高野の卵とじ ほうれん草の山葵和え 赤だし汁(玉ねぎ) 香の物	ごはん 鶏肉の明太マヨ焼き 里芋の利休煮 青梗菜の生姜和え みそ汁(わかめ) 香の物	ごはん 豚肉の高菜炒め インゲンと竹輪のおかか煮 白菜の甘酢和え みそ汁(じゃが芋) 香の物
昼間食	レモンケーキ 紅茶	おしるこ(白玉入り) 塩昆布	きみしぐれ	手づくりフルーツゼリー	ドームケーキ(チョコ) 紅茶	おはぎ(こしあん)
	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
昼食	ごはん 鶏肉の胡麻照り焼き 厚揚げの煮物 キャベツサラダ すまし汁(はんべん) 香の物	もち麦ごはん ハンバーグ おりしポン酢 ひじき煮 オクラの和え物 すまし汁(そうめん) 豆乳入り杏仁豆腐	若芽ごはん(ミニ) たぬきそば ごぼうのそぼろ炒め 春菊の酢味噌和え 野菜入り卵焼き	ごはん(肉の日) チキン南蛮 里芋の煮物 フルーツ寒天 みそ汁(しめじ) 香の物	ごはん 鯖のムニエルのこねトソース じゃが芋のソテー ほうれん草のサラダ スープ(冬瓜) 香の物	ごはん 肉豆腐 れんこん金平 キャベツのレモン風味和え すまし汁(もずく) 香の物
昼間食	和のパンケーキ 紅茶	ムースシュー 紅茶	ドーナツ(チョコ) 紅茶	黒糖まんじゅう	ミニたい焼き(カスター)	みかん入りパンブディング 紅茶

*都合により献立を変更することがあります。