

2022年01月分の献立

						1(土)
午前						
昼食						
	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)
午前		全粥 鶏肉のからあげ かぼちゃサラダ ミルクスープ、ミルク	全粥 松風焼き 紅白あえ 果物、ミルク	全粥 豆腐ナゲット さつまいもサラダ 豚汁、ミルク	全粥 魚のマヨ焼き 野菜炒め煮 りんご煮、ミルク	全粥 豚肉と青菜炒め バンサンスー じゃがいものスープ、ミルク
昼食		全粥 鶏じゃが かぼちゃスープ	鶏そぼろ粥 豆腐の野菜あんかけ	鶏粥 さつまいもの茶巾	魚粥 大根とかぶの煮つけ	全粥 鶏肉のはるさめ煮 葉先青菜スープ
	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)
午前	成人の日	全粥 ハンバーグ レタスときゅうりのあえもの こぶきいも、ミルク	全粥 魚の照り焼き キャベツのおかかあえ 豆腐のすまし汁、ミルク	全粥 高野豆腐の卵とじ こまつなのおひたし だいごんのみそ汁、ミルク	全粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 果物、ミルク	全粥 鶏肉の甘辛だれ さつまいも煮 果物、ミルク
昼食		全粥 豆腐とツナのじゃがとろ煮 スティックきゅうり	全粥 魚のみぞれあんかけ 野菜炒め	卵粥 ころこ野菜スープ	鶏粥 キャベツスープ	全粥 鶏肉のホイル焼き さつまいものミルク煮
	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)
午前	全粥 豆腐とツナの炒り卵 青菜のサラダ かぼちゃのみそ汁、ミルク	全粥 マカロニのミルク煮 青菜のごまあえ 果物、ミルク	全粥 魚のから揚げ マカロニサラダ 果物、ミルク	全粥 焼きコロッケ きゅうりとかぶのあえもの 豆腐のすまし汁、ミルク	全粥 魚のチーズフリッター だいごんのあえもの 果物煮、ミルク	全粥 鶏肉と野菜炒め ツナポテト 果物、ミルク
昼食	全粥 ふわふわ卵焼き かぼちゃの茶巾	青菜雑炊 マカロニサラダ	魚粥 キャベツの卵とじ	鶏粥 じゃがいものくず煮 やわらか炊き合わせ	さつまいも粥 魚のおろし煮	全粥 鶏肉と野菜のスープ煮 じゃがいものポターージュ
	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
午前	全粥 ホイコーロー 青菜のあえもの チンゲンサイのスープ、ミルク	全粥 煮魚 コールスローサラダ 果物、ミルク	全粥 じゃがいものうま煮 スパゲティサラダ 果物、ミルク	全粥 魚の煮つけ 小松菜のきのこのあえもの 五目スープ、ミルク	全粥 肉じゃが フレンチサラダ トマト、ミルク	全粥 こはく蒸しとにんじんの甘煮 きざみプリッコリーのごまあえ 果物、ミルク
昼食	全粥 鶏肉の野菜あんかけ こまつなスープ	全粥 白身魚とコーン煮 キャベツスープ	鶏雑炊 じゃがいもスープ	魚粥 こまつなとさつまいも煮	おじや じゃがいものトマト煮	鶏雑炊 野菜スープ
	31(月)					
午前	全粥 魚の野菜あんかけ 青菜と卵のあえもの 果物煮、ミルク					
昼食						