



令和7年 1月献立表



配食サービス班 (朝昼夕)

		1 (水)		2 (木)		3 (金)		4 (土)		5 (日)				
朝食										ご飯 みそ汁 野菜天 昆布佃煮 奈良漬 ヤクルト	570			
昼食								麦ご飯 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根の炒り煮	779					
夕食								ご飯 エビマヨ 糸こんにゃくの玉子とじ	730	ご飯 タラのマヨネーズ焼き 豚肉ときのこの炒め物	762			
6 (月)		7 (火)		8 (水)		9 (木)		10 (金)		11 (土)		12 (日)		
朝食	ご飯 みそ汁 高野豆腐 野菜のごった煮 べったら漬	493	■七草がゆ 厚焼き玉子 ごぼう天 昆布佃煮	500	テーブルロール レーズンパン スクランブル カフェオレ	542	ご飯 赤だし 焼きそば かまぼこ かっぱ漬 ヤクルト	486	テーブルロール チョコフラワー 目玉焼き コーヒー	602	メロンパン ツイストパン スパソテー カフェオレ	651	ご飯 みそ汁 ソーセイジ かにかま はりはり漬	511
昼食	ご飯 ダンドリーチキン のり塩ポテト	711	麦ごはん みそ汁 さわらの幽庵焼き ツナサラダ	782	ご飯 タルタルチキン南蛮 焼きちくわとじゃがいもの炒め物	799	ご飯 鶏肉のごま焼き かぼちゃのサラダ	766	麦ご飯 さばの竜田揚げ 大根のそぼろあんかけ	779				
夕食	ご飯 チンジャオロース 海藻サラダ	681	ご飯 ポテトオムレツ キャベツとわさび醤油和え	831	ご飯 ぶり大根 青菜のお浸し	703	ご飯 さわらのネギソースかけ 豚バラレンコン	731	ご飯 鶏団子のスープ煮 三色和え	762	ご飯 さわらのバター醤油焼き レンコンの煮物	735	ご飯 野菜ときくらげの中華炒め 鶏肝のしぐれ煮	733
13 (月)		14 (火)		15 (水)		16 (木)		17 (金)		18 (土)		19 (日)		
朝食	ご飯 みそ汁 じゃこ天 明太子 金時煮豆	486	ご飯 みそ汁 ウインナー 昆布佃煮 たくあん ミルミル	533	テーブルロール クリームパン オムレツ コーンスープ ヤクルト	592	ご飯 みそ汁 厚焼き玉子 小魚佃煮 白菜漬 納豆	486	テーブルロール ジャムパン 野菜ソテー カフェオレ	608	フレンチトース シュガーパン コーヒー みかん缶	622	ご飯 みそ汁 ごぼうのそぼろ煮 かまぼこ 三色煮豆	607
昼食			ご飯 ★鶏肉とさつま芋のオイスターソース炒め のり塩ポテト	762	ご飯 メンチカツ ベーコンと大根の炒め物	830	パン (テーブル・ツイスト) スープパスタ ブロッコリーサラダ みかん	921	ご飯 ポークチャップ 大豆サラダ	766				
夕食	ご飯 クリームコロッケ パンサンデー	789	ご飯 さけのちゃんちゃん焼き ごぼうサラダ	760	ご飯 さばのカレー醤油焼き 豚肉のマイタゲ炒め	763	ご飯 ホイコーロー炒め チヂミ	765	ご飯 白身魚のタルタルソース 青菜の磯辺和え	733	ご飯 豆腐チゲ鍋風 かぶの酢の物	795	ご飯 煮豚 もやしのナムル	802
20 (月)		21 (火)		22 (水)		23 (木)		24 (金)		25 (土)		26 (日)		
朝食	ご飯 みそ汁 かにかま いわし佃煮 たくあん	492	テーブルロール あんぱん 目玉焼き 牛乳	609	お茶漬 焼きそば ちくわ 梅干し	483	黒糖ロール ジャムパン オムレツ パンパキンスープ ヤクルト	561	ご飯 赤だし 焼きそば 野菜豆ごった煮 たくあん	499	たまごロール レーズンロール レモンティ ヨーグルト バイン缶	660	ご飯 みそ汁 味付まぐろ ちくわ 奈良漬 味付のり	489
昼食	ご飯 ささみのゆかりフライ 酢の物	789	ご飯 さけの塩焼き 筑前煮 雪汁	724	ご飯 じゃかつとコロッケ 酢の物	793	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麹から揚げ れんこんのかに風味和え	768	カツバーガー ミニドック コールスローサラダ コーヒー牛乳 ソーブル	826				
夕食	麦ご飯 和風ハンバーグ スパサラダ	782	ご飯 豚キムチ炒め ヨーグルトサラダ	758	豚肉と長いものスタミナ丼 春雨サラダ 中華スープ	782	ご飯 ぶりの照り焼き ひじきサラダ	700	ご飯 エビチリ 卵の花炒り	732	ご飯 野菜たっぷりブルコギ風 肉シウマイ	758	ご飯 マーボー春雨 豆腐サラダ	768
27 (月)		28 (火)		29 (水)		30 (木)		31 (金)						
朝食	ご飯 赤だし ごぼうのそぼろ煮 じゃこ天 はりはり漬	500	チーズロール ツイスト スクランブル カフェオレ	511	ご飯 みそ汁 やさしい天 ソーセイジ 昆布佃煮	513	黒糖ロール ツイスト オムレツ わかめスープ ジョア	620	テーブルロール ココアメロンパン スパソテー コーヒー チーズ	603				
昼食	大豆入りそぼろカレー シーザーサラダ 牛乳 りんごゼリー	804	ご飯 酢豚 きゅうりとささみの梅肉和え	798	ご飯 スープ 豚肉とまいたけの炒め物 レタスと卵のサラダ	799	麦ご飯 とんかつ 青菜の辛し和え	803	ご飯 すまし汁 たらのレモンペッパー焼き 金平ごぼう	706				
夕食	ご飯 ポークピカタ れんこんの金平	766	ご飯 サバの生巻煮 ほうれん草の胡麻和え	692	ご飯 鶏肉のバジル焼き かいわれサラダ	749	ご飯 すまし汁 さわらの西京焼き ブロッコリーのおかか和え	788	ご飯 豚肉のくわ焼き 明石焼き	804				

