

1月の献立

常食

大今里ケアホーム 入所 月間献立表
令和6年1月1日～1月31日



	日	月	火	水	木	金	土
朝食		黒糖ロール フロッキーの胡麻和え 牛乳	ミルクツイスト ポテトサラダ 牛乳	いちごジャムパン 切り干し大根煮 牛乳	ショコラロール スナップエンドウのやが 牛乳	シュガーバターコップ 大根と竹輪の煮物 牛乳	黒糖ロール フロッキーの炒め物 牛乳
昼食		赤飯の煮め 西京焼 おなま豆 かまぼこ 伊達巻 煮込み 雑煮 (西京味噌)	新春ちらし寿司 寄せ鍋 黄桃缶 赤だし	米飯 鶏肉の幽庵焼き 信田巻きと野菜の炊き合せ 清汁 漬物	米飯 Eフライ&コロッケ インゲンのはーナツ和え 白桃缶 コンソメスープ ふりかけ	米飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草のごま和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 麻婆豆腐 キャベツの中華和え パナナ 中華スープ ふりかけ
夕食		米飯 焼き風煮 すたな牛 清汁 漬物	米飯 ぶりの照り焼き なごみ巻きの煮合わせ 清汁 漬物	米飯 鶏肉の幽庵焼き 信田巻きと野菜の炊き合せ 清汁 漬物	米飯 ゆずの香味蒸し 厚揚げの煮物 味噌汁 漬物	米飯 豚肉の味噌煮 じゃが煮 清汁 漬物	米飯 牛肉の柳川風煮 しる菜の和え物 味噌汁 漬物
3時		生和菓子 昆布茶	イチゴクレープ 紅茶	干支まんじゅう お茶	メロンケーキ 紅茶	紅茶ケーキ コーヒー	焼きドーナツ (チョコ) コーヒー
朝食	7 ～七草粥～ 七草粥の煮物 牛乳	8 カスタードリング インゲンのソテー 牛乳	9 シュガーバターコップ ほうれん草の和え物 牛乳	10 ショコラロール スナップエンドウの卵とじ 牛乳	11 レーズンドッグ マロンやが 牛乳	12 シュガーバターコップ キャベツの和え物 牛乳	13 カスタードクリームパン メロンやが 牛乳
昼食	米飯 鶏肉の味噌焼き かろわーのドレッシング和え キウイ 清汁 ふりかけ	米飯 豚肉の中華炒め 胡瓜のナムル風 みかん缶 清汁 ふりかけ	米飯 シロの酒粕煮 大根の金平風 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 かしの塩焼き 切り干し煮 パナナ 味噌汁 ふりかけ	米飯 カレーうどん 青梗菜のツナ和え パイン ふりかけ	米飯 肉じゃが 小松菜の湯葉和え マンゴー缶 清汁 ふりかけ	豚ひき肉のルーロ飯風 もやしのナムル オレンジ 中華スープ
夕食	米飯 かしの梅煮 菜の花とカニかま和え 味噌汁 漬物	米飯 ゆずの生姜あんかけ 炒り豆腐 味噌汁 漬物	米飯 チキチャップ風 海苔サラダ 清汁 漬物	米飯 豚肉のオスター炒め ジャーマンパンキン 清汁 漬物	米飯 蒸しホキのとろろかけ がんもの含め煮 味噌汁 漬物	米飯 ゆずのねぎソースかけ カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物	米飯 シルバーの照り焼き 冬瓜の煮物 清汁 漬物
3時	たい焼き (クリーム) 紅茶	ムースエクレア コーヒー	うさぎ饅頭 お茶	いちごマフィン 紅茶	あんころもち風デザート お茶	お茶	しっとりプチケーキ コーヒー
朝食	14 ホワイトミルク 大根の含め煮 牛乳	15 ～小正月～ 小豆粥 小里芋の鶏そぼろ煮 牛乳	16 カスタードクリームパン 春菊の和え物 牛乳	17 はちみつブンブン スバゲティサラダ 牛乳	18 抹茶リング 菜の花のドレッシング和え 牛乳	19 黒糖ロール ポテトサラダ 牛乳	20 いちごジャムパン 南瓜のスープ煮 牛乳
昼食	米飯 肉団子のクリーム煮 アヒラソテー パイン缶 清汁 ふりかけ	米飯 とろこつラーメン 五玉風 フル杏仁 清汁 ふりかけ	米飯 ハンバーガー (チーズ添え) シーザーサラダ みかん缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 お刺身盛り合せ じゃが芋の炒め煮 黄桃缶 赤だし ふりかけ	米飯 南瓜のミートラッソ インゲンのサラダ パイン 清汁 ふりかけ	米飯 豚カツ ほうれん草の柚子和え キウイ 味噌汁 ふりかけ	米飯 シルバーの山椒味噌焼き しる菜の煮出し パナナ 清汁 ふりかけ
夕食	米飯 ゆずのトト煮 豆腐サラダ 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの煮付け 小松菜のくるみお和え 清汁 漬物	米飯 ホキの香味焼き 茄子の含め煮 清汁 漬物	米飯 鶏肉とアスパラの炒め物 春雨のドレッシング和え 清汁 漬物	米飯 白身魚の和風ムニエル アヒラとチーズのやが 清汁 漬物	米飯 サバの照焼き 大根の甘酢和え かき玉汁 漬物	米飯 筑前煮 カリフラワーのゆかり和え 味噌汁 漬物
3時	牛乳ケーキ 紅茶	鯛まんじゅう お茶	チョコワッフル コーヒー	メロンケーキ コーヒー	もみじまんじゅう お茶	カステラ 紅茶	チョコクレープ 紅茶
朝食	21 はちみつブンブン フロッキーサラダ 牛乳	22 ミニショコラツイスト 里芋のクリーム煮 牛乳	23 バームパン しる菜の煮浸し 牛乳	24 黒糖みるく マカロニサラダ 牛乳	25 チョコカスター 菜の花の和え物 牛乳	26 黒糖ロール 青梗菜のやが 牛乳	27 シュガーバターコップ 大根の含め煮 牛乳
昼食	～お誕生日会～ エビフライ ロールキャベツ 春雨サラダ オレンジ コンソメスープ	ポークカレー キャベツのやが ヨーグルト 福神漬 らっきょ カレーの日	米飯 鶏肉のマーマレード焼き 大根のサラダ キウイ パナナ 清汁 ふりかけ	米飯 豚肉の生姜炒め アヒラと竹輪のごまマヨ和え みかん缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 ホキのカレームニエル インゲンのはーナツ和え 黄桃缶 清汁 ふりかけ	米飯 豚肉の香味焼き さつま芋の甘煮 パナナ 味噌汁 ふりかけ	ゆかりご飯 五目うどん かろわーのマヨ和え パイン
夕食	米飯 アンの幽庵焼き 菜の花のからし味噌和え 味噌汁 漬物	米飯 かしの七味焼き 厚揚げとピーマンの味噌炒め 清汁 漬物	米飯 シルバーのピカタ もやしのナムル風 味噌汁 漬物	米飯 ゆずのゆかり焼き 冬瓜の煮物 清汁 漬物	米飯 お好み焼き ほうれん草のドレッシング和え 味噌汁 漬物	米飯 白身魚の野菜あんかけ 卵とはんぺんのふわふわ焼き 清汁 漬物	米飯 小松菜のゆず和え 清汁 漬物
3時	お誕生日ケーキ コーヒー	今川焼き (クリーム) 紅茶	焼きドーナツ (豆乳) コーヒー	柚子まんじゅう お茶	バナナクレープ 紅茶	マフィン コーヒー	味噌まんじゅう お茶
朝食	28 チョコカスター 白菜の和え物 牛乳	29 ミルクツイスト しる菜の煮浸し 牛乳	30 シュガーバターコップ かろわーのコンソメ煮 牛乳	31 レーズンドッグ スナップエンドウの卵とじ 牛乳			
昼食	米飯 豆腐ハンバーガー チンゲン菜の中華和え マンゴー缶 清汁 ふりかけ	米飯 カツとじ風 大根の甘酢和え オレンジ 清汁 ふりかけ	米飯 タラの照り焼き がんもの含め煮 パイン缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 牛肉のスタミナ焼き フロッキーのドレッシング和え キウイ 清汁 ふりかけ			
夕食	米飯 ホキの有馬煮 キャベツの和え物 味噌汁 漬物	米飯 鶏肉の胡麻だれ焼き ひじき煮付け 清汁 漬物	米飯 肉団子と野菜のスープ煮 もやしの胡麻和え 清汁 漬物	米飯 シルバーの吉野煮 小松菜のくるみお和え 味噌汁 漬物			
3時	カスタードワッフル コーヒー	黒糖ケーキ 紅茶	マフィン (チョコ) コーヒー	プリン コーヒー			

※献立はやむを得ず変更することがあります。予めご了承下さい。