



令和3年 1月 献立表

新年 謹賀

1日	2日
<p>朝 雑煮 祝い肴 牛乳</p> <p>昼 <松花堂弁当> 赤飯 鯛の塩焼き 煮び盛り合わせ かき揚げ 天つゆ 群青煮 うきき卵 なます まんじゅう(亥) フルーツ お吸い物 漬物</p> <p>夕 <松花堂弁当> おしるし 刺身 天ぷら 天つゆ 松風焼き 祝い肴 菊花かぶ 茶福煎し 栗きんとん いかの真金焼き デザート お吸い物</p>	<p>朝 雑煮 祝い肴 牛乳</p> <p>昼 <松花堂弁当> 鯛めし 塩焼き 天ぷら 天つゆ 煮び盛り合わせ 白和え 豚肉の角煮 黒豆 数の子 かまぼこ うきき鯛頭 フルーツ お吸い物</p> <p>夕 <松花堂弁当> いなほ寿司・絹巻き3種盛り ヒレカツ すき焼き風 いかの鯛焼焼き 海老のチリソース 揚げ出し豆腐 うきき かまぼこ デザート 味噌汁</p>

3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日
<p>朝 雑煮 祝い肴 牛乳</p> <p>昼 <松花堂弁当> 梅じゃこ菜飯 ステーキ ポテトサラダ だし巻き卵 煮び盛り合わせ ぬた お浸し 数の子 かまぼこ 練り切り フルーツ 漬物 お吸い物</p> <p>夕 <松花堂弁当> にぎり寿司 鯖の西京漬け焼き 肉じゃが風 伊達巻 数の子 いか 天つゆ 栗きんとん 海老の煮物 酢れんこん デザート 味噌汁</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 うの花 和え物 漬物 牛乳</p> <p>昼 山かけうどん うどんだし おにぎり いかと大根の煮物 豚系かけ オレンジゼリー</p> <p>夕 御飯 すき焼き風 南瓜のそぼろ煮 酢味噌和え 春雨の酢の物 フルーツ お吸い物</p>	<p>朝 パン コッパア ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 御飯 チキンカツ 付け合わせ 豆そぼろの炒り煮 ボン酢和え 煮豆 味噌汁</p> <p>夕 御飯 魚のムニエル 付け合わせ チンゲン菜と海老の炒め物 春雨の酢の物 フルーツ お吸い物</p>	<p>朝 雑炊 卵とじ 和え物 あみえび佃煮 ヤクルト</p> <p>昼 中華丼 春巻き ピーナッツ和え フルーツポンチ 中華スープ</p> <p>夕 御飯 ぶり大根 肉じゃが 白和え 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 七草粥 魚の塩焼き お浸し 漬物 牛乳</p> <p>昼 焼きそば おにぎり ナムル ワンタンスープ フルーツ</p> <p>夕 御飯 魚の南蛮漬 しらたきの真砂和え 鴨肉煮 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 パン パンキンスープ カカア マカロニサラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 御飯 塩焼き 付け合わせ フルーツ ワンタンスープ ごま和え 漬物 味噌汁</p> <p>夕 御飯 ポークチャップ 付け合わせ がんもの煮物 もやし 生妻醤油和え 煮豆 お吸い物</p>	<p>朝 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 ハヤシライス エビフライ ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 わかめスープ</p> <p>夕 御飯 魚のおろし煮 付け合わせ 卵とじ 松風老の和え物 漬物 お吸い物</p>
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
<p>朝 御飯 味噌汁 きめ煮 ごま和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 魚のソテー 焼き 付け合わせ 豆味噌 酢の物 漬物 お吸い物</p> <p>夕 御飯 つくねの照り焼き 付け合わせ 大根の鶏煮あんかけ ピーナッツ和え ゼリー 味噌汁</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 ひしきの煮物 おかか和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 味噌ラーメン おにぎり はんぺんのフライ 大根サラダ 杏仁フルーツ</p> <p>夕 御飯 牛肉の南部焼き 付け合わせ 切干大根の炒め煮 ごま和え フルーツ 味噌汁</p>	<p>朝 パン コーンポタージュ カカア マカロニサラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 御飯 豚肉と野菜のみそ炒め いかと里芋の煮物 もよぎの生妻酢 フルーツ お吸い物</p> <p>夕 御飯 魚のカレームニエル 付け合わせ じゃこじゃが 菜種和え フルーツ 味噌汁</p>	<p>朝 雑炊 青野卵のおんかけ風 和え物 あみえび ヤクルト</p> <p>昼 十五穀米御飯 魚のみそ煮 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 梅肉和え 漬物 味噌汁</p> <p>夕 御飯 鶏肉のピカタ 付け合わせ れんこんの味噌炒め煮 ひしきの白和え フルーツ お吸い物</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 切干大根煮 ごま和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 おからそば そばだし おにぎり 豆と豚肉の炒り煮 酢味噌和え ワカメゼリー</p> <p>夕 御飯 魚の生妻煮 付け合わせ 卵とじ ポテトサラダ 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 パン パンキンスープ オムレツ 豆サラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 チャーハン コロッケ マカロニサラダ フルーツ ワンタンスープ</p> <p>夕 御飯 豚肉の生妻焼き 付け合わせ じゃが芋の炒め物 白和え フルーツ 味噌汁</p>	<p>朝 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 御飯 魚のマスタード焼き 付け合わせ きめ煮 白菜と沢庵の和え物 漬物 お吸い物</p> <p>夕 御飯 おん 金平のり 風 酢の物 フルーツ 味噌汁</p>
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
<p>朝 御飯 味噌汁 炒り豆腐 おかか和え 味噌付けのり 牛乳</p> <p>昼 御飯 牛肉の柳川風 いか大根 南瓜サラダ 煮豆 味噌汁</p> <p>夕 御飯 魚の西京漬け焼き 付け合わせ りゅうとがんもの煮物 もやしの生妻醤油和え 漬物 お吸い物</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 切干大根煮 ごま和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 魚のじゆん(おろし) おにぎり かニククリームフライ 胡瓜の酢物 青りんごゼリー</p> <p>夕 御飯 焼肉とれんこんのつくね焼き 付け合わせ ひしきの煮物 和え物 漬物 お吸い物</p>	<p>朝 パン コッパア ベーコンと野菜のソテー ポテトサラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 肉うどん つゆ(うどん) おにぎり かニククリームフライ 胡瓜の酢物 青りんごゼリー</p> <p>夕 御飯 八宝菜 餃子 ナムル 漬物 わかめスープ</p>	<p>朝 雑炊 魚の塩焼き 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 親子丼 じゃこじゃが もすくの生妻酢 漬物 味噌汁</p> <p>夕 ひじき御飯 魚の臭芋煮し 野菜炒め 糸こんにゃくの真砂和え 煮豆 お吸い物</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 うの花 和え物 ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 鶏肉のもろみ焼き 付け合わせ がんものおろし煮 お浸し 漬物 お吸い物</p> <p>夕 御飯 立田焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 南瓜サラダ 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 パン パンキンスープ オムレツ ポテトサラダ マカロン 牛乳</p> <p>昼 マーボー丼 ピーナッツ和え フルーツ わかめスープ</p> <p>夕 <バイキング> 魚の立田焼き 付け合わせ 大豆と昆布の煮物 南瓜サラダ 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 カレーライス 漬物 マカロニサラダ コロッケ フルーツ</p> <p>夕 <バイキング> 魚の臭芋煮し 高野卵のおんかけ風 しめじと青菜の和え物 フルーツ 味噌汁</p>
24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日
<p>朝 御飯 味噌汁 ひしきの煮物 ごま和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 焼きそば 付け合わせ(大根おろし) 肉じゃが お浸し 煮豆 味噌汁</p> <p>夕 御飯 豚肉の柳川風 金平のり 風 和え物 漬物 お吸い物</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 切干大根煮 風味和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 きつねしめん だし おにぎり 肉じゃがコロッケ ツナの和風和え 杏仁豆腐</p> <p>夕 御飯 魚の鯛焼焼き 付け合わせ かぼちゃのいとこ煮 梅肉和え 漬物 味噌汁</p>	<p>朝 パン コーンポタージュ オムレツ マカロニサラダ ジャム 牛乳</p> <p>昼 御飯 魚のみそ煮 付け合わせ 里芋とひしき煮物 おかか和え フルーツ お吸い物</p> <p>夕 御飯 野菜炒め 炊き合わせ 白和え 豚系かけ 味噌汁</p>	<p>朝 雑炊 温泉卵 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 御飯 魚のが フルーツかけ 付け合わせ 炒り豆腐 ごま和え 白和え 煮豆 味噌汁</p> <p>夕 御飯 魚のおろし煮 付け合わせ 卵とじ マカロニサラダ 漬物 お吸い物</p>	<p>朝 御飯 味噌汁 うの花 おかか和え ふりかけ 牛乳</p> <p>昼 御飯 がんもの煮物 梅肉和え フルーツ 味噌汁</p> <p>夕 御飯 魚のおろし煮 付け合わせ 卵とじ マカロニサラダ 漬物 お吸い物</p>	<p>朝 パン コッパア オムレツ ポテトサラダ マカロン 牛乳</p> <p>昼 チャンポン おにぎり がんもの煮物 梅肉和え フルーツ 味噌汁</p> <p>夕 御飯 魚の臭芋煮し 高野卵のおんかけ風 しめじと青菜の和え物 フルーツ 味噌汁</p>	<p>朝 雑炊 ししゃも 和え物 漬物 ヤクルト</p> <p>昼 カレーライス 漬物 マカロニサラダ コロッケ フルーツ</p> <p>夕 御飯 魚の臭芋煮し 高野卵のおんかけ風 しめじと青菜の和え物 フルーツ 味噌汁</p>
31日	<p>朝 御飯 味噌汁 きめ煮 ごま和え 味噌付けのり 牛乳</p> <p>昼 カレーライス 漬物 エビフライ 盛合わせサラダ オレンジゼリー</p> <p>夕 御飯 焼きそば 付け合わせ(大根おろし) 大根の煮物 ナムル 漬物 お吸い物</p>					



都合により、やむを得ずメニュー内容を変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。