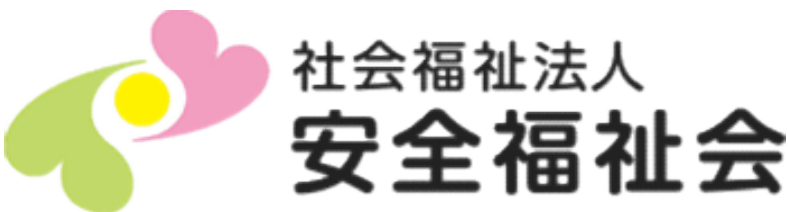




※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年1月 献立表



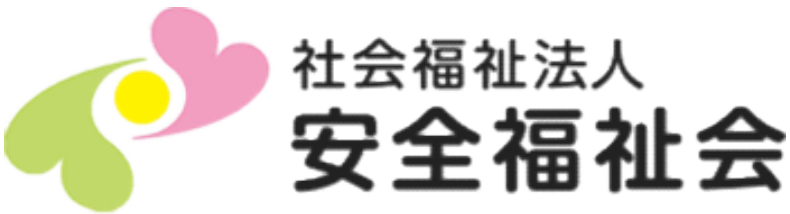
	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 キャベツの中華炒め 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 里芋煮 牛乳 がんもの含め煮	カルシウムご飯 味噌汁 がんもの含め煮 牛乳 しば漬け	カルシウムご飯 味噌汁 五目金平 牛乳 ゆずみそ	麦ご飯 味噌汁 あげ天煮 ジョア たくあん漬け	カルシウムご飯 味噌汁 カリフラワーのベーコン煮 牛乳 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 さつま芋のレモン煮 牛乳 野沢菜漬け
昼食	ご飯 豆腐の肉みそかけ 絹さやサラダ ピーマンの卵炒め りんご	ご飯 八宝菜 長いもとなめこのわさび和え ナスのチーズ焼き 西洋なし缶	ご飯 ①オムレツ ②かれいの煮つけ かぼちゃのピーナッツ和え 厚揚げの生姜炒め 黄桃缶	サンドイッチ コンソメスープ ひじきサラダ コロッケ フルーツゼリー	ご飯 鶏のみぞれかけ ネギのぬた和え 高野豆腐煮 りんご	ご飯 アジフライ トマトサラダ セロリの金平風 オレンジ	梅しそご飯 煮込みうどん キャベツの酢の物 みかん缶
3時	たこ焼き		バームクーヘン	ぜんざい	チーズケーキ	ういろう	ココア蒸しパン
夕食	牛丼 すまし汁 きゅうりと麩の酢の物 白桃缶	ご飯 太刀魚の山椒焼き 菜の花のマヨネーズ和え はんぺん煮 バナナ	ご飯 和風ハンバーグ コールスローサラダ マカロニのツナ煮 みかん	ご飯 鮭のきのこあんかけ ほうれん草の白和え ぜんまい煮 キウイ	シーフードカレー もやしサラダ デザートムース(いちご) 福神漬け	ご飯 厚揚げと豚肉の甘辛炒め いんげんの中華和え 白菜の煮浸し パイン缶	ご飯 エビチリ 春菊の磯和え ビーフン炒め キウイ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年1月 献立表



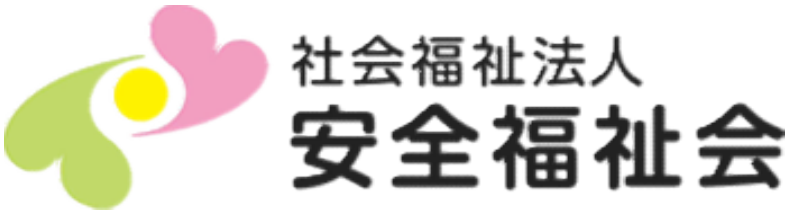
	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 煮奴 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 玉ねぎとカニの卵炒め 牛乳 たいみそ	カルシウムご飯 味噌汁 白花豆の甘煮 牛乳 青かつぱ	カルシウムご飯 味噌汁 いんげんの炒め煮 牛乳 Caふりかけ	麦ご飯 味噌汁 ひじきとちくわ煮 ジョア 桜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 もやしとニラ炒め 牛乳 ゆずみそ	カルシウムご飯 味噌汁 きのこの金平風 牛乳 しば漬け
昼食	小豆粥 めばるの蒲焼き もやしお浸し かぶのゆずあんかけ バナナ	ご飯 チキンソテー ポテトサラダ ごぼうのツナ煮 ブルーベリーヨーグルト	ご飯 豚キムチ ナスのおかか和え アスパラとコーンの炒め物 パイン缶	ご飯 赤魚の生姜あんかけ 青梗菜のクルミ和え かぼちゃソテー 黄桃缶	柳川井 きのこ汁 白菜のシラス和え オレンジ	ご飯 ①さつま芋コロッケ ②鶏の照り焼き 人参マリネ 小松菜のソテー パイン缶	ご飯 サバの味噌煮 キャベツのゴマ酢和え 卵の花炒め 白桃缶
3時	黒ゴマプリン		今川焼	フルーチェ	豆腐ドーナツ	牛乳寒天	まんじゅう
夕食	ご飯 巣ごもり卵 里芋のとも和え 切干大根煮 西洋なし缶	ご飯 鱈の治部煮 もずく和え 舞茸とピーマン炒め 白桃缶	野沢菜ご飯 おでん オクラのポン酢和え れんこん金平 みかん	ご飯 ピーマンの肉詰め レタスサラダ あげ天煮 りんご	ご飯 鰯のホイル焼き スパゲティサラダ ブロッコリー煮 西洋なし缶	ご飯 豆腐チャンプルー 冬瓜の梅和え 山菜煮 バナナ	ご飯 鶏つくねの大葉焼き トマトの昆布和え 長いものベーコン炒め キウイ



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



令和4年1月 献立表



	22	23	24	25	26	27【誕生会】	28
	土	日	月	火	水	木	金
朝食	カルシウムご飯 味噌汁 厚揚げ煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 大根のべっこう煮 牛乳 のり佃煮	カルシウムご飯 味噌汁 アスパラソテー 牛乳 Feふりかけ	カルシウムご飯 味噌汁 麩の卵とじ 牛乳 たいみそ	麦ご飯 味噌汁 干びよう煮 ジョア 梅びしお	カルシウムご飯 味噌汁 冬瓜のくず煮 牛乳 野沢菜漬け	カルシウムご飯 味噌汁 エリンギソテー 牛乳 Caふりかけ
昼食	鮭ご飯 焼きそば 絹さやの菜種和え みかん	ご飯 スペイン風オムレツ パプリカマリネ 里芋のりまぶし りんご	パン クリームシチュー 海藻サラダ カリフラワーとソーセージ炒め アセロラゼリー	ご飯 焼肉 枝豆サラダ 糸切昆布煮 バナナ	ご飯 鱈のとろろ蒸し 春菊お浸し 玉ねぎとカニの塩炒め 西洋なし缶	山菜おこわ 天ぷら 茶碗蒸し 野菜の湯葉和え 炊き合わせ オレンジ、チェリー缶	ご飯 麻婆春雨 白菜のわさび和え 蒸しシュウマイ 白桃缶
3時	エクレア		やわらかおかき	フレンチトースト	カステラ	ドームケーキ	スイートパンプキン
夕食	ご飯 メルルーサの甘酢あんかけ ほうれん草の卸和え はんぺんの付け焼き 西洋なし缶	ご飯 ゆで豚の香味ソースかけ セロリのツナマヨ和え 炒り豆腐 パイン缶	ご飯 鮭のゴマ塩焼き もやしの辛子和え 金時豆の甘煮 オレンジ	ご飯 エビ団子とかぶの煮つけ さつま芋のピーナッツ和え しいたけ煮 黄桃缶	ご飯 高野豆腐の豚肉巻き 切干大根のドレッシング和え ナスソテー キウイ	ご飯 鶏のさっぱり煮 ぜんまいナムル キャベツのベーコン炒め パイン缶	ご飯 ホキの幽庵焼き きゅうりとハムの酢の物 五目大豆煮 りんご



※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。



※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。