

週間献立表

1月4日		1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日
日		月	火	水	木	金	土
朝	御飯 味噌汁 五目玉子焼き 白菜のお浸し 牛乳	御飯 味噌汁 鶏つくね おくらの胡麻和え 牛乳	パン スープ ポテトエビグラタン フルーツ 牛乳	御飯 味噌汁 切干大根の煮物 アスパラサラダ 牛乳	御飯 味噌汁 切昆布と大豆の煮物 チンゲン菜のしょうが和え 牛乳 うめびしお	パン ポターージュ ミートローフ フルーツ 牛乳	御飯 味噌汁 ふんわりしんじょう煮 大根の梅風味なます 牛乳 たまごソース
昼	御飯 鶏チリソース きのこのソテー 大根と人参の酢の物	御飯 焼肉風 コンソメ煮 畑菜のお浸し	御飯 鰯の南蛮漬 鶏ももの塩麴炒め 水菜サラダ	七草粥 蒸し鶏のおろしソース えびカツ 白菜のゆかり和え	御飯 さわらのピリ辛焼き 里芋の炒め物 きゅうりと人参のドレッシング和え	バターチキンカレー ブロッコリーのサラダ 青りんごゼリー 福神漬け	御飯 白身魚のピカタ ロールキャベツ アスパラのサラダ
夕	御飯 カレーの味噌照焼 肉じゃが ひじきサラダ	御飯 ほっけの塩焼 豚もものオイスターソース炒め とろろ和え	御飯 豚の梅かつおまぶし 海鮮ボール和風煮 人参とたまねぎのドレッシング和え	御飯 鯖の生姜煮 冬瓜のそぼろあんかけ 茄子の浅漬け	御飯 カニクリームコロッケ ジャーマンポテト スナップえんどうのサラダ	御飯 赤魚の治部煮 春雨のチャブチェ キャベツの和え物	御飯 八宝菜 点心盛り合わせ ほうれん草と人参のナムル