

	1/7 水 献立名 材料名		1/8 木 献立名 材料名		1/9 金 献立名 材料名	
昼食	七草粥	かぶ、かるの葉、大根、せり はこべら、なすな、人参 ほとけのざ、ごきょう	さつま芋 ごはん	さつま芋	パン ミートボール 添え 煮物 もやしの 卵炒め バナナ カレースープ	ロールパン ワインナー 人参 もやし 生しいたけ 卵 玉ねぎ 人参 じゃが芋 いんげん カレー粉 コンソメ
	とりつみれの ちゃんこ煮	とりつみれ 大根	天ぷら	さつま芋 とり肉、卵 小麦粉		
	添え 煮物	白菜、ごぼう ねぎ、えのき 人参 キヌサヤ	さつま芋 サラダ	さつま芋 きゅうり ミックスベジ マヨネーズ フレンチドレ		
	ミニお好み焼き	お好みソース	りんご	あげ		
	オレンジ		さつま芋の みそ汁	さつま芋 人参、ふ		
	みそ汁	あげ キャベツ えのき				
おやつ	桜えびの かきもち	米、植物油脂 えび	のりラスク	食パン オリーブ油 塩、青のり	カルシウム入り バウムクーヘン	雞卵、砂糖 小麦粉、マーガリン 練乳、粉乳 貝カルシウム
	1/12 月 献立名 材料名		1/13 火 献立名 材料名		1/14 水 献立名 材料名	
昼食	成人の日		ナポリタン スパゲティー	スパゲティー 玉ねぎ、ピーマン ハム、ケチャップ	カニクリームコロッケ 添え	ぶりの 照り焼き
			ガリバタ チキン	とり肉 玉ねぎ ガリバタのたれ		ぶり 照り焼きだれ
			添え	ブロッコリー		
			スクランブル エッグ	卵、ベーコン ケチャップ		
			チーズ			
			コンソメ スープ	白菜 人参 えのき		
おやつ		さつま芋 パイ	さつま芋、牛乳 砂糖、餃子の皮 サラダ油	いちごゼリー	ストロベリーゼリーの素 白桃缶	
	1/15 木 献立名 材料名					
昼食						
おやつ						



	1/16 金 献立名 材料名		1/19 月 献立名 材料名		1/20 火 献立名 材料名		1/21 水 献立名 材料名		1/22 木 献立名 材料名		1/23 金 献立名 材料名	
昼食	パン トマトチーズ入り 厚焼ききたまご	ロールパン 卵、ほうれん草 トマト缶、ベーコン 玉ねぎ、チーズ	さわらの 西京焼き 添え	さわら 西京みそ 蒸し南瓜 オクラ	牛肉の しぐれ煮 添え 煮物	牛肉 玉ねぎ 糸こんにゃく 大根 人参	カレーライス とり肉のから揚げ 添え レタス サウザンドレ	とり肉、玉ねぎ 人参、じゃが芋 カレールー	ほうれん草ベース コンソメレツ ケチャップ デミグラスハンバーグ	パン 南瓜コロッケ 添え ソテー	ロールパン ほうれん草 コーン コイン型人参 コンソメ	
	添え ソテー	キャベツ コーン あげなす	高野豆腐の 煮物	高野豆腐 人参	プロッコリーの ツナあえ	プロッコリー ツナ しょう油	トマト	マカロニ サラダ	野菜炒め	白菜の クリーム煮	白菜 ウインナー しめじ クリームシチューの素	
	南瓜サラダ	南瓜 玉ねぎ コーン マヨネーズ	チーズ すまし汁	ゆば 板かま 花ふねぎ	オレンジ みそ汁	あげ 玉ねぎ えのき	フルーツ ポンチ	キャベツ、ハム マカロニ、きゅうり ミックスベジ マヨネーズ フレンチドレ	りんご みそ汁	パナナ	かきたま スープ	玉ねぎ えのき 卵 コンソメ
	バナナ											
	ワカメスープ	ワカメ、玉ねぎ えのき、ねぎ 中華だし										
	おやつ	ヨーグルト	ヨーグルト	ココナッツ ビスケット	小麦粉、砂糖 ショートニング ココナッツ、脱脂粉乳 ココナッツオイル、塩	トマトチーズ お麩ラスク	ふ、サラダ油 ケチャップ 粉チーズ パセリ粉	お祝いケーキ	ブチケーキ 生クリーム チョコスプレー	たこ焼き	小麦粉 たこ お好みソース 花かつお	飲むヨーグルト うす焼きせんべい ヨーグルト 米、塩
	1/26 月 献立名 材料名		1/27 火 献立名 材料名		1/28 水 献立名 材料名		1/29 木 献立名 材料名		1/30 金 献立名 材料名			
昼食	かに玉	①あん カニしゅうまい プロッコリー	チャーハン ツナマヨフライ	卵、ねぎ 焼き豚 人参、玉ねぎ	ぶた肉の 生姜焼き 添え	ぶた肉 玉ねぎ 生姜焼きのたれ	アジフライ スパゲティー サラダ	ソース 赤ウインナー じゃが芋素揚げ	パン 和風おろし ハンバーグ	ロールパン ハンバーグ 和風おろしソース		
	添え ポテトサラダ	じゃが芋 きゅうり ウインナー ミックスベジ フレンチドレ マヨネーズ	添え ソテー	ニラ入り チヂミ	インゲンの ごまあえ	インゲン 人参 ごま、しょう油	バナナ	キャベツ スパゲティー ハム きゅうり ミックスベジ マヨネーズ フレンチドレ	添え ソテー	イングラン コーン ミニトマト		
	チーズ みそ汁	あげ 白菜 人参	オレンジ 春雨スープ	玉ねぎ ワカメ 春雨 中華だし	りんご みそ汁	あげ 南瓜 えのき	コーンスープ	プロッコリーの コンソメ煮	チーズ クリーム スープ	プロッコリー 玉ねぎ ベーコン コンソメ	ほうれん草 人参 しめじ クリームシチューの素	
	おやつ	カステラ	卵、砂糖 小麦粉、水あめ はちみつ	フルーツ カナッペ	クラッカー 生クリーム パイン缶	ミニ ホットドッグ	ホットケーキミックス ウインナー サラダ油 ケチャップ	メロン フルーチェ	牛乳 メロンフルーチェの素	じゃが芋 スナック	じゃが芋、植物油脂 塩	

