



お昼の献立 平成 31年 1月

月	火	水	木	金	土
	1日	2日	3日	4日	5日
	赤飯 おせち料理	ご飯 鰯の照り焼き お煮物・胡瓜の 甘酢和え 雑煮	初春のちらし寿司 大根と豚肉の塩煮 しろなとえのきの ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 おからハンバーグ 白菜と鶏肉の煮物 味噌汁 フルーツ	ご飯 アジの山椒焼き 肉金平 チンゲン菜と ささみの真砂和え 味噌汁
	手作りミルク 饅頭	手作り梅ようかん	招福おかし 甘酒	手作りきなこ シフォンケーキ	手作り栗 あんまんじゅう
7日	8日	9日	10日	11日	12日
ご飯 かれの揚げたし 大豆煮 いんげんとちくわの マヨサラダ 豚粕汁	ご飯 焼きさばの南蛮漬け 湯葉ひろうすの煮物 ほうれんそうとえのきの おかか和え 味噌かき玉汁	キーマカレー 福神漬け・らっきょ アスパラとコンの 中華ドレッシング 白桃缶	ご飯 さわらの煮付け 卵の花 しろなとかまぼこの 塩ナムル 味噌汁	ご飯 赤魚の袖庵焼き キャベツと豚肉の煮浸し かぼちゃサラダ 味噌汁	あんかけにゅうめん 豚肉とごぼうの 味噌汁 マンゴー缶
手作り水ようかん	クリームコンフェ	手作り紅茶 サンドケーキ	手作りチョコプリン	手作りぜんざい	手作りドレッシング
14日	15日	16日	17日	18日	19日
ご飯 鶏肉のネギ焼き 山芋とちくわの煮物 うまい菜とちりめんの ピーナッツ和え 味噌汁	ご飯 刺身盛り ほうれん草と鶏肉の 煮浸し 手作り茶碗蒸し 黄桃缶	ご飯 鶏肉の柚子茶煮 大根と人参の金平 胡瓜とシラスの土佐酢 味噌汁	ご飯 白身魚のムニエル 鶏ごぼう ブロッコリーとコンの クリームドレッシング 味噌汁	ご飯 さばの味噌粕煮 大根と豚肉の炒め物 小松菜とかかの和え物 すまし汁	ご飯 豚肉のオイスターソース炒め チンゲン菜とかんぴょうの 煮浸し 手作りごま豆腐 コンソメスープ
手作り抹茶 シフォンケーキ	手作りミルク まんじゅう	カルシウムせんべい 紅茶	手作り苺 パウンドケーキ	バウムクーヘン	手作りみたらし団子
21日	22日	23日	24日	25日	26日
ハヤシライス 福神漬け かたまりとピーマンの マヨサラダ ヨーグルト	ご飯 鶏の唐揚げ 小松菜とちりめんの 和え物 味噌汁 金時豆煮	きつねそば 鶏肉と筍の利休煮 マンゴー缶	ご飯 肉じゃが うまい菜とささみの 炒め物 手作り卵豆腐 味噌汁	炊き込みご飯 ホッケの塩麹焼き クープイリチー チンゲン菜とかまぼこの 香味ダレ和え 味噌汁	ご飯 白身魚のピカタ 切干大根と鶏肉の 煮物 胡瓜とかまぼこの ごま酢和え 味噌汁
手作りほうじ茶プリン	ふんわり名人 きなこ餅	手作りミルク まんじゅう	鈴焼き 飴湯	動物ほっとケーキ	手作りサンドケーキ
28日	29日	30日	31日		
お好み焼き 筍と豚肉の煮物 しろなと油揚げの 練りごま和え 味噌汁	ご飯 アジの焼きびたし 白菜と鶏肉の炒め物 味噌汁 フルーツ	ご飯 牛肉の和風炒め 黒豆がんもの煮物 ごぼうとハムのマヨサラダ 味噌かき玉汁	鶏そぼろと卵の二色丼 キャベツとツナの煮物 ほうれん草としめじの 塩ナムル 味噌汁		
手作り紅茶 パウンドケーキ	手作りおしるこ	ペアプチシュー	手作り黒糖 水ようかん		

【おせち料理】

《2019年1月1日 お品書き》



- ・有頭海老の旨煮 ・今鴨スモーク
- ・はたて旨煮 ・数の子(かつおぶし)
- ・寿高野の煮物 ・紅白蒲鉾
- ・お煮物
- (蓮根の煮物、六角里芋煮、和風ふき)
- ・五目しんじょう花、昆布巻き、鯛さや、くわい)
- ・黒豆煮(クコの实) ・栗きんとん(栗の甘露煮)



