

# 献立表

1 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
				おにぎり 豚汁 おでん 漬物	ごはん すり身汁 えび玉甘酢あんかけ 春雨サラダ	焼そば 玉子とおくらの とろみスープ かぼちゃの含め煮 デザート
7	8	9	10	11	12	13
	ラーメン トマト さつまいもと りんごの重ね煮	ごはん みそ汁 豚肉生姜焼 白菜の甘酢 漬物	ごはん 正油汁 焼魚 みそかけ 漬物	中華丼 みそ汁 おろし和え 漬物	つつけ ブロッコリー明太子 デザート	炊き込みごはん みそ汁 和風ロールキャベツ 酢みそ和え
14	15	16	17	18	19	20
	いなり寿し せんべい汁 厚焼玉子 甘酢生姜	ごはん みそ汁 焼魚 うま煮 漬物	カレーライス サラダ デザート	あごだしうどん あんかけ揚げトーフ デザート	ごはん みそ汁 信田袋煮 刻み芋 海そうあさり	えびフライ卵とし丼 みそ汁 ポテトサラダ 漬物
21	22	23	24	25	26	27
	ごはん ごぼう汁 焼魚 ひじきの炒り煮 漬物	スタミナ炒飯 みそ汁 トーフサラダ	温玉そば クリームコロッケ デザート	ごはん みそ汁 チキンステーキ ポテト明太子 漬物	みそ焼おにぎり 芋の子汁 マカロニシーチキン おくらごま和え	ごはん 正油汁 鯖のみそ煮 ビーフン炒め 漬物
28	29	30	31			
	かき揚げ みそ汁 拌三絲 漬物	ラーメン 海鮮ぎょうざ デザート	サンドイッチ ポタージュスープ かぼちゃサラダ ジュース			