

メ ニ ュ ー 表 (時 別)

令和 7 年 1 月 朝食 【 常食 (中) 米飯 180g 】

日	月	火	水	木	金	土
			1 月 1 日	1 月 2 日	1 月 3 日	1 月 4 日
			紅芋パン トマト入りオムレツ 野菜ジュース お茶	ごはん ポークマコ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	ごはん ブレンオムレツ ポイルウインナー だいこんのみそ汁 お茶	ごはん サモンバター醤油焼 きんぴらごぼう しいたけとわかめの味噌汁 お茶
1 月 5 日	1 月 6 日	1 月 7 日	1 月 8 日	1 月 9 日	1 月 10 日	1 月 11 日
ごはん 目玉焼き キノケツ だいこんのみそ汁 お茶	ラムズパン たまご焼き ポイルウインナー ココア お茶	ごはん パパイヤ炒め 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶	ウグイスパン ブレンオムレツ キノケツ 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め 豆腐の味噌汁 お茶	カスタードパン スクランブルエッグ みかんジュース お茶	ごはん サモンバター醤油焼 きんぴらごぼう 長ネギとエノキのみそ汁 お茶
1 月 12 日	1 月 13 日	1 月 14 日	1 月 15 日	1 月 16 日	1 月 17 日	1 月 18 日
パンダキロール ポークマコ メイプル お茶	粗挽きウインナーパン チーズ入り卵焼き キノケツ ミロ お茶	ごはん にがり卵とじ しいたけとわかめの味噌汁 お茶	田芋パン トマト入りオムレツ 野菜ジュース お茶	ごはん ポークマコ ねぎと油揚げの味噌汁 お茶	チョコパン ブレンオムレツ ポイルウインナー アップルジュース お茶	ごはん しめじとエノキの卵とじ ゆし豆腐 お茶
1 月 19 日	1 月 20 日	1 月 21 日	1 月 22 日	1 月 23 日	1 月 24 日	1 月 25 日
あんぱん 目玉焼き キノケツ 飲むヨーグルト お茶	ベーコンマンホールパン たまご焼き ポイルウインナー ココア お茶	ごはん パパイヤ炒め 長ネギとエノキのみそ汁 お茶	マロンパン ブレンオムレツ キノケツ 飲むヨーグルト お茶	ごはん ふ炒め しいたけとわかめの味噌汁 お茶	マロンパン スクランブルエッグ みかんジュース お茶	ごはん あじ柚子風味焼き 千切大根炒め ねぎと油揚げの味噌汁 お茶
1 月 26 日	1 月 27 日	1 月 28 日	1 月 29 日	1 月 30 日	1 月 31 日	
ロールパン ポークマコ メイプル お茶	マロンロール チーズ入り卵焼き キノケツ ミロ お茶	ごはん にがり卵とじ しいたけとわかめの味噌汁 お茶	紅芋パン トマト入りオムレツ 野菜ジュース お茶	ごはん ポークマコ えのきと白ねぎのみそ汁 お茶	クリームパン ブレンオムレツ ポイルウインナー アップルジュース お茶	

メ ニ ュ ー 表 (特別)

令和 7年 1月 昼食 【 常食 (中) 米飯180g 】

日	月	火	水	木	金	土
			1月 1日	1月 2日	1月 3日	1月 4日
			赤米 天ぷら りんがく オレンジ イナムルチ お茶	あわごはん 銀鮭の西京焼き かんぴょう炒め オクラ和え パイナップル きやべつのみそ汁 お茶	麦ごはん 鶏のハーブ焼き ブロッコリーとにんじん炒め キャベツとハムのサラダ フルーツ コンソメスープ お茶	カレーピラフ ちくわのチーズ揚げ 苦瓜サラダ トマトスープ お茶
1月 5日	1月 6日	1月 7日	1月 8日	1月 9日	1月10日	1月11日
ごはん 牛丼 キャベツの煮浸し 切干大根サラダ みかん缶 しいたけとわかめの味噌汁 お茶	ごはん チキンカレー キャベツときゅうりのゆかり和え いちごヨーグルト ワカメスープ お茶 コーヒー	ラーメン 正油ラーメン汁 鶏の唐揚げ キャベツとわかめの和え物 バナナ お茶	麦ごはん 5種のチーズインデミルパン ブロッコリーとにんじん炒め ゴーヤーサラダ りんご コンソメスープ お茶 コーヒー	鶏肉としめじの炊き込みご飯 豆腐入りメンチカツ 小松菜ともやしの磯和え パイナップル だいごんのすまし汁 お茶	あわごはん 白身魚のチリソース焼き からし菜炒め 白和え イチゴ きやべつのみそ汁 お茶 コーヒー	麦ごはん 中華炒め はるさめときゅうりの和え物 オレンジ しめじとわかめのすまし汁 お茶
1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
あわごはん チキンのピカタ焼き キャベツのカルシウム 生野菜サラダ バナナ かぼちゃスープ お茶	あわごはん 豚肉と野菜の炒め物 だいごんときゅうりの梅和え パイナップル バナナ お茶	沖縄そば ソバ汁 野菜てんぷら だいごんとわかめの和え物 りんご お茶 コーヒー	麦ごはん 海老と鶏肉のチリソース シラスとコーンのナムル オレンジ だいごんのみそ汁 お茶 コーヒー	あわごはん 焼肉 ピーマン炒め きゅうりとたこの中華酢の物 バナナ キムチスープ お茶	麦ごはん チキンのチリソース焼き ブロッコリーとにんじん炒め ソーダ イチゴ 野菜スープ お茶 コーヒー	炊きこみ御飯 (ヒジキ) 豆腐の二色揚げ デザート オレンジ 春雨のすまし汁 お茶
1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
あわごはん すきやき風煮 ゴーヤー和え りんご だいごんのみそ汁 お茶	ごはん えびのかき揚げ丼 卵豆腐 小松菜としめじのごま和え パイナップル きやべつのみそ汁 お茶 コーヒー	野菜味噌ラーメン 味噌ラーメン汁 魚てんぷら きゅうりと鶏肉のごま酢和え バナナ お茶	あわごはん 魚の蒲焼き かんぴょう炒め 白和え イチゴ はくさいの味噌汁 お茶 コーヒー	ごはん タコライス ブロッコリーとカリフラワーのサラダ オレンジ キャベツスープ お茶 コーヒー ケーキ	スパゲティボロリタン 牛肉コロッケ はくさいとりんごのフルーツサラダ コンソメスープ お茶 コーヒー	新年会
1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
あわごはん 豚肉の生姜焼き 野菜ソテー 小松菜ともやしの磯和え バナナ ゆし豆腐 お茶	あわごはん 白身魚の香草焼き ピーマン炒め おひたし イチゴ けんちん汁 お茶 コーヒー	軟骨ソーキそば ソバ汁 カボチャの天ぷら はんだまとシラス和え オレンジ お茶	麦ごはん トンカツ 野菜ソテー もずく和え りんご だいごんのみそ汁 お茶 コーヒー	ごはん なすの味噌炒め はるさめと錦糸卵の和え物 パイナップル しめじとわかめのすまし汁 お茶	ごはん さんまの蒲焼き丼 だいごんと青豆の煮物 チンゲン菜とハムの和え物 イチゴ きやべつのみそ汁 お茶 コーヒー	

メニュー表 (特別)

令和 7年 1月 夕食 【 常食 (中) 米飯180g 】

日	月	火	水	木	金	土
			1月 1日	1月 2日	1月 3日	1月 4日
			ごはん 豚肉ときゃべつの味噌炒め ゴーヤー和え バナナ もずくスープ お茶	ごはん 鶏のクリーム煮 ブロッコリーとカブのサラダ みかん缶 野菜スープ お茶	ごはん カツ丼 だいこんのくず煮 ワカメとキャベツの酢の物 パイナップル (缶) アーサ汁 お茶	ごはん 肉じゃが きゅうりと鶏肉のごま酢和え りんご はくさいの味噌汁 お茶
1月 5日	1月 6日	1月 7日	1月 8日	1月 9日	1月10日	1月11日
ごはん さばの大根おろしかけ レコッパとひじきの梅和え パイナップル (缶) すまし汁 お茶	ごはん 豆腐ちゃんぷるー いんげんと竹輪の和え物 オレンジ だいこんのみそ汁 お茶	鶏雑炊 干草焼き ほうれん草のごま和え プリン 豚汁 お茶	ごはん 煮物 おひたし バナナ もずく味噌汁 お茶	ごはん タンドリーチキン 野菜サラダ ポテトサラダ りんご コンソメスープ お茶	ごはん ポトフ ごぼうサラダ パイナップル トマトスープ お茶	ごはん タコライス 紅イモサラダ イチゴ キャベツスープ お茶
1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
ごはん マーボー豆腐 はるさめと錦糸卵の和え物 オレンジ だいこんのすまし汁 お茶	ごはん ハヤシライス ブロッコリーとカブのサラダ バナナ コンソメスープ お茶	ごはん 鶏の梅風味焼き 千切大根炒め 小松菜のワサビ和え パイナップル きゃべつのみそ汁 お茶	ごはん 白身魚の西京焼き れんこんのきんぴら アスパラとハムの和え物 りんご パイナップル汁 お茶	味付けごはん 三色丼 (鶏そぼろ) だいこんと青豆の煮物 白菜と小松菜のおひたし オレンジ しめじの味噌汁 お茶	ごはん おでん 小松菜のからし和え バナナ 長ねぎとワカメの味噌汁 お茶	ごはん 豚肉のみそだれ パパイア炒め 小松菜ともやしの磯和え イチゴ きゃべつのみそ汁 お茶
1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日
オムライス クリームコロッケ キャベツとハムのサラダ コンソメスープ お茶	ごはん 豚肉の味噌風味焼き 野菜ソテー もずく和え りんご だいこんのすまし汁 お茶	ごはん いり鶏 水菜のごま和え パイナップル もずく味噌汁 お茶	ごはん 豚肉と青菜の中華炒め はるさめときゅうりの和え物 バナナ ワカメスープ お茶	ごはん 白身魚の酒蒸し ひじきサラダ イチゴ だいこんのみそ汁 お茶	ごはん 中華丼 かぼちやの含め煮 切干大根サラダ オレンジ レタスと白きくらげのすまし汁 お茶	ごはん カレーライス トナリ だいこんときゅうりのゆかり バナナとリンゴのヨーグルト和え すまし汁 お茶
1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	
炊き込み御飯 (鮭) 揚げ出し豆腐 ほうれん草ともやしのごま和え パイナップル だいこんのすまし汁 お茶	ごはん 豆腐ちゃんぷるー いんげんと竹輪の和え物 バナナ もずくスープ お茶	ごはん 鶏のハーフ焼き キャベツのカレー ブロッコリーと蟹かまぼこのサラダ イチゴ かぼちやスープ お茶	ごはん 三色どんぶり (いわし) 卵豆腐 きゃべつの梅かつお和え オレンジ アーサ汁 お茶	ごはん 骨なしチキン ブロッコリーとにんじん炒め かぼちやサラダ りんご トマトスープ お茶	ごはん ハンバーグ ハンバーグ和風ソース 白菜と小松菜のおひたし パイナップル 長ネギとエノキのみそ汁 お茶	