



# 週間献立表

令和 8年1月1日～1月3日



						1日（木）	2日（金）	3日（土）
朝	主食				海鮮雑炊	ご飯	ご飯	
	副食				肉じゃが 小松菜のツナ和え 味噌汁 牛乳	寿玉子焼き ひじきと油揚げの煮つけ 金時豆 味噌汁 牛乳	ミートボール柚子おろし ほうれん草の辛し和え 味噌汁 牛乳	
昼	主食					ご飯	五目ちらし寿司	
	副食				おせち (特別食)	天ぷら プロッコリーのかにあんかけ 胡瓜浅漬け 清し汁	茶碗蒸し 白菜の塩昆布和え 清し汁	
おやつ						みかんムース	ロールケーキ	
夕	主食				ご飯	ご飯	ご飯	
	副食				松風焼き 海老団子の煮物 野沢菜味噌和え 清し汁	すき焼き風煮 キャベツのピーナッツ和え フルーツカクテル 味噌汁	鰯の梅煮 高野豆腐の含め煮 ごぼう佃煮 味噌汁	

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年1月4日～1月10日



		4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
朝	主食	クロワッサン	ご飯	食パン	七草粥	食パン	ご飯	ご飯
	副食	スクランブルエッグ コンソメスープ 桃のコンポート 牛乳	車麩の煮物 白菜のくるみ和え 味噌汁 牛乳	ウイナーと野菜のクリーム煮 コンソメスープ みかんコンポート 牛乳	がんものの含め煮 金時豆 味噌汁 牛乳	茄子のトマト煮 パンプキンポタージュ 桃のコンポート 牛乳	温泉卵 切干とさつま揚げの煮物 味噌汁 牛乳	カニふんわりしんじょ もやしのポン酢和え 味噌汁 牛乳
	主食	ご飯	けんちんうどん	ご飯	ご飯	ご飯	シーフードカレー	ご飯
	副食	カレイの煮付け 焼きビーフン 茄子のお浸し 味噌汁	しんじょのあんかけ はちみつレモンゼリー (麺禁：ハンバーグ)	ミックスフライ 厚揚げと牛蒡の炒り煮 青しその実漬け 味噌汁	鶏の塩レモンソテー さつま揚げと根菜の煮物 しば漬け 味噌汁	鰯の照り煮 里芋の味噌煮 春菊の胡麻和え 清し汁	葉味 キヤベツフレンチ コンソメスープ バナナ	鮭の山路焼き かんぴょうの五目煮 味付きめかぶ 味噌汁
おやつ		チョコクレープ	パンケーキ	黒糖まんじゅう	プリン	おかき	お汁粉	ピーチゼリー
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	麻婆豆腐 キャベツの中華サラダ 野沢菜漬け 中華スープ	鶏肉の磯辺焼き ポテトサラダ 味ふき 味噌汁	親子煮 ふろふき大根 小松菜の梅あえ 清し汁	鯖のおかか煮 青梗菜とベーコン炒め パインと洋梨コンポート 清し汁	肉豆腐 ほうれん草のワサビ醤油 つぼ漬け 味噌汁	白身魚の野菜あんかけ なすの南蛮炒め 胡瓜しそ味漬け 味噌汁	豚と野菜の炒め物 湯豆腐 ごぼう佃煮 味噌汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年1月11日～1月17日



		11日（日）	12日（月）	13日（火）	14日（水）	15日（木）	16日（金）	17日（土）
朝	主食	クリームパン&バターロール	ご飯	食パン	ご飯	食パン	ご飯	ご飯
	副食	オムレツ コンソメスープ みかんコンポート 牛乳	豆乳がんもの煮物 春菊のしらす和え 味噌汁 牛乳	大豆のトマト煮 コンソメスープ 洋梨とみかん 牛乳	厚揚げの煮物 キャベツのゆかり和え 味噌汁 牛乳	ジャーマンポテト 野菜スープ 黄桃とバナナ 牛乳	卵の花 ほうれん草の柚子浸し 味噌汁 牛乳	切干とさつま揚げの煮物 白菜の磯和え 味噌汁 牛乳
	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	茶飯	ご飯
	副食	鶏の唐揚げ スパゲティソテー ブロッコリーの土佐和え 味噌汁	白身魚のバター醤油 金平ごぼう 昆布豆 味噌汁	鶏のバジル焼き 南瓜サラダ ほうれん草煮浸し 味噌汁	赤魚の煮付け ハムとピーマンの炒め物 フルーツカクテル かき玉汁	メンチカツ 花野菜サラダ キヤベツしそ味漬け 味噌汁	おでん もやしとワカメの酢の物 うぐいす豆 ぶどうゼリー	鶏肉の更紗蒸し スナップエンドウのソテー かつば漬け 味噌汁
おやつ		ロールケーキ	チョコレートムース	吹雪まんじゅう	あんドーナツ	リンゴケーキ	メロンムース	くろ棒
夕	主食	菜めし	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	いわしハンバーグ 大根の炒め煮 昆布白菜漬け 味噌汁	クリームシチュー 小松菜のソテー 黄桃コンポート 桜大根漬け	海老と玉子の炒め物 大根の和風和え 高菜漬け 清し汁	ゆで豚の葱塩だれ あおさしんじょの煮物 刻みたくあん 味噌汁	鯖の味噌煮 茄子のそぼろあん 味ふき 清し汁	豚肉の生姜焼き さつま芋の甘煮 胡瓜人参漬け 味噌汁	白身魚の香草パン粉焼き 山芋の煮物 パインと洋梨コンポート 清し汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年1月18日～1月24日



		18日 (日)	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
朝	主食	バターロール	ご飯	食パン	ご飯	あんパン&バターロール	ご飯	しらすわかめ雑炊
	副食	カレー仕立てのじゃが芋煮 コンソメスープ みかんとキウイ 牛乳	高野豆腐玉子とじ 春菊のなめ茸和え 味噌汁 牛乳	野菜入りオムレツ クリームスープ 桃のコンポート 牛乳	いわしの生姜煮 小松菜の胡麻和え 味噌汁 牛乳	洋風つくね コンソメスープ みかんコンポート 牛乳	厚焼き卵 ほうれん草のお浸し 味噌汁 牛乳	炒り豆腐 うぐいす豆 味噌汁 牛乳
	主食	鮭の三色丼	ご飯	あんかけラーメン	チキンカレー	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	胡麻味噌きんぴら 小松菜のポン酢和え 清し汁	メバリの山椒焼き 白菜と小エビの炒り煮 胡瓜しそ味 豚汁	蒸し餃子 マンゴープリン (麺禁：サラダステーキ)	薬味 ひじきと豆のサラダ 洋梨のコンポート 飲むヨーグルト	赤魚のみぞれ煮 白和え 焼きナス 味噌汁	鶏の照り焼き プロッコリーのマリネ 黄桃コンポート コンソメスープ	白身魚フライ 春菊とハムの和風和え パインと洋梨のコンポート 清し汁
おやつ		レモンパウンドケーキ	おかき	人形焼	スイートポテト	チョコプチシュー	今川焼き	ロールケーキ
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	ハンバーグ キャベツの生姜醤油和え しその実漬け 味噌汁	鶏肉のトマト煮 チーズポテトサラダ 洋梨のコンポート コンソメスープ	鯖の粕漬け焼き 南瓜のいとこ煮 野沢菜大根漬け 味噌汁	厚揚げと豚肉の味噌炒め カリフラワーのたらこマヨ和え しば漬け 清し汁	酢鶏 春雨のナムル 昆布白菜漬け 中華スープ	鰯の味噌煮 大根の炒め物 梅干し 清し汁	豚肉のしぐれ煮 さつま芋レーズン煮 あみ佃煮 味噌汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。





# 週間献立表

令和 8年1月25日～1月31日



		25日 (日)	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)
朝	主食	食パン	ご飯	ご飯	ご飯	食パン	ご飯	食パン
	副食	大豆のトマト煮 コーンスープ 桃のコンポート 牛乳	温泉卵 里芋のそぼろあん 味噌汁 牛乳	大根と鶏ひき肉の煮物 小松菜の菜種和え 味噌汁 牛乳	厚揚げの旨煮 キャベツの塩昆布和え 味噌汁 牛乳	ウインナーと野菜のクリーム煮 コンソメスープ みかんコンポート 牛乳	肉じゃが 小松菜のツナ和え 味噌汁 牛乳	トマトつくね コンソメスープ みかんとキウイ 牛乳
	主食	ご飯	チャーハン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	蒸し鶏のごま醤油 じゃが芋の甘辛煮 桜大根漬け t	焼売 フルーツヨーグルト 中華スープ	コロッケ (ポテト・カニクリーム) マカロニサラダ フルーツカクテル 清し汁	鮭のムニエル オーロラサラダ 洋梨のコンポート コンソメスープ	鶏肉のくわ焼き 春雨の炒め煮 春菊の生姜醤油和え 味噌汁	豚肉のごましゃぶ 大学芋風 パインと洋梨のコンポート 清し汁	赤魚の塩麹焼き 金平ごぼう ブロッコリーのゆかり和え かき玉汁
	おやつ	カスタードワッフル	水ようかん	青りんごゼリー	バウムクーヘン	小麦まんじゅう	パンケーキ	ドームケーキ (チョコ)
夕	主食	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	副食	豆腐ハンバーグ 茄子の葱だれかけ ブロッコリーの青しそ和え 味噌汁	鯖の塩焼き 干瓢の五目煮 青梗菜のくるみ和え 味噌汁	めばるのうま塩だれ ごぼうの辛みそ炒め しその実漬け 清し汁	豚肉の梅香炒め ほうれん草の胡麻和え 刻みたくあん 味噌汁	かに玉 もやしとニラの中華炒め ザーサイ 中華スープ	白身魚のつけ焼き 茄子とピーマンの煮浸し つぼ漬け 味噌汁	すき焼き風煮 キャベツの酢の物 かつば漬け 味噌汁

※メニューは変更になることがあります。ご了承下さい。

