



献立表



	1/19(月)	1/20(火)	1/21(水)	1/22(木)	1/23(金)	1/24(土)	1/25(日)
朝	米飯 味噌汁(白菜・油揚げ) 里芋の含め煮 牛乳 梅びしお	米飯 味噌汁(さつま芋・えのき) 筑前煮 牛乳 味付のり	米飯 味噌汁(キャベツ・椎茸) 卯の花の炒り煮 牛乳 海苔ふりかけ	米飯 味噌汁(厚揚げ・葉大根) さつま芋の煮物 牛乳 玉子風味ソース	米飯 味噌汁(南瓜・ねぎ) 五目金平 牛乳 たらこふりかけ	米飯 味噌汁(ほうれん草・ブナピー) 揚げ茄子の煮浸し 牛乳 海苔佃煮	米飯 味噌汁(蕪・葉大根) 切干大根の煮付け 牛乳 鮭ふりかけ
昼	米飯 味噌汁(大根・ねぎ) 筑前煮 さつま芋の天ぷら みかん	米飯ハーフ【大寒】 味噌煮込みうどん 野菜コロッケ 温泉卵 	米飯 野菜スープ ミートローフ ほうれん草の炒め物 手作りパンナコッタ	チキンカレー【カレーの日】 カニコロッケ ヨーグルト 	米飯 コンソメスープ 鶏肉のポテト焼き サンオムレツ リンゴ缶	米飯 清汁(玉麩・三つ葉) 海老フライの卵とじ 大根の煮付け じゃが芋のおかかマヨ和え	米飯 味噌汁(めかぶ・油揚げ) 手作り里芋コロッケ 厚焼き玉子 手作りグレープゼリー
タ	米飯 わかめスープ かに玉 鶏団子の煮物 青梗菜の中華和え	米飯 味噌汁(豆腐・貝割れ) メバルの香味あんかけ 南瓜の煮物 大根とカニカマのサラダ	米飯 清汁(玉麩・わかめ) おでん 蓮根と蒟蒻の煮物 インゲンのおかかマヨ和え	米飯 清汁(花麩・三つ葉) 鱈の酒蒸し キャベツと竹輪の味噌炒め もやしの胡麻和え	米飯 味噌汁(もやし・椎茸) 豚肉のオイスター炒め 小松菜とはんぺんの煮物 手作り白ごま豆腐	菜飯 清汁(冬瓜・ワカメ) 田楽 そら豆の吉野煮 バナナムース	米飯 清汁(切麩・貝割れ) 魚のねぎ味噌マヨ焼き 白菜の煮浸し 春菊の和え物
おやつ	カップデザート  手作り	蒸し饅頭	ベルギーワッフル	スーパーカップ	ぽたぽた焼き	牛乳ケーキ	五平餅  手作り

「大寒」は最も寒さが厳しくなる時期とされ、「寒さの極み」、「冬の底」を表す季語です。この時期は1年で最も冷え込むため、水に含まれる雑菌の活動や半鐘区が低下する事から保存性が高く、味噌や醤油お酒の製造に適するとされてきました。

※都合により変更する場合があります
★糖尿病食の方は小鉢が変更になります

