

2024年 1月献立表

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|---|--|--|--|---|--|---|--------|
| | |  | | | 4 | 5 | 6 |
| | | | | | カルピス | ココア | ミルクティー |
| | | | | 御飯 天ぷら盛り合わせ 菜の花の煮浸し 昆布佃煮 すまし汁/白桃缶 475kcal 3.0g 干支まんじゅう | 御飯 肉団子の 野菜あんかけ かぼちゃのいとこ煮 さくら漬け/味噌汁 フルーツカクテル缶 509kcal 3.3g メープルプチケーキ | 御飯 赤魚と生揚げの味噌煮 ブロッコリーの炒め物 うぐいす煮豆 すまし汁 りんご缶 463kcal 2.6g 栗水ようかん | |
| | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | |
| | ココア | 紅茶 | カルピス | ココア | ミルクティー | 紅茶 | |
| | 御飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 金時煮豆 味噌汁 みかん缶 469kcal 2.9g ミニたい焼き | 味噌ラーメン いか団子と かぶの中華煮 ピーチゼリー 540kcal 3.9g マロンババロア | 御飯 白身魚の たらこマヨネーズ焼き かぼちゃのソテー しば漬け/コンソメスープ フルーツカクテル缶 496kcal 3.4g チョコドーナツ | 豚玉丼 チンゲン菜のツチ和え 白いんげん豆煮 味噌汁 マンゴー缶 537kcal 2.9g ロールケーキ | 御飯 マスのフライ キャバツと かにかまのサラダ 千切り大根漬け コンソメスープ/りんご缶 524kcal 2.8g 今川焼き | 御飯 鶏肉の照り焼き なすとピーマンの 味噌炒め 三色煮豆/すまし汁 パイナップル 455kcal 2.9g 黒ごまプリン | |
| | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | |
| | りんごジュース | はちみつレモン | ココア | ミルクティー | はちみつレモン | カルピス | |
| | 御飯 豚肉のスタミナ炒め ブロッコリーと カリフラワーのサラダ うぐいす煮豆/味噌汁 フルーツカクテル缶 517kcal 3.1g シヨクラプチケーキ | 御飯 さわらのきのこソース 大豆とひき肉の トマト炒め さくら漬け 味噌汁/りんご缶 586kcal 3.4g 吹雪まんじゅう | チキンカレー 福神漬け 大根サラダ コンソメスープ フルーツヨーグルト 540kcal 3.5g 抹茶パンケーキ | 御飯 メバルの野菜蒸し 里芋とさつま揚げ煮 白いんげん豆煮 味噌汁 みかん缶 459kcal 3.3g もみじまんじゅう(クリーム) | 御飯 マーボー豆腐 ほうれん草の炒め煮 三色煮豆 中華スープ キウイフルーツ 556kcal 3.2g ヨーグルトババロア | ●深川飯 ちゃんこ鍋風 きんぴらごぼう 味噌汁 芋ようかん 487kcal 4.0g 黒糖ケーキ | |
| | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | |
| | コーヒー牛乳 | ココア | ミルクティー | はちみつレモン | 紅茶 | コーヒー牛乳 | |
| | 御飯 鮭の石狩煮 キャバツとハムの炒め物 青きゅうり漬け すまし汁 白桃缶 482kcal 3.4g あずきプリン | 御飯 えび玉あんかけ がんもの煮物 しば漬け 味噌汁 フルーツカクテル缶 524kcal 3.3g 紅茶ケーキ | 御飯 さばの田楽 茶碗蒸し 高菜炒め すまし汁 みかん缶 528kcal 3.2g 水ようかん | 御飯 豚肉の オイスターソース炒め なすの煮物 さくら漬け/味噌汁 りんご缶 518kcal 3.3g ワッフル | ちゃんぽんうどん さつま芋の甘煮 フルーツゼリー 496kcal 3.8g 栗まんじゅう | 御飯 ボークブラウンシチュー ブロッコリーのサラダ 白いんげん豆煮 コンソメスープ マンゴー缶 585kcal 3.3g ★セレクト | |
| | 29 | 30 | 31 | * 数字は昼食のエネルギーと塩分量です。 | | | |
| | ミルクティー | カルピス | はちみつレモン | <div style="border: 1px solid black; padding: 10px; text-align: center;"> <p>●1月20日(土) 食文化イベント《東京》 を予定しています。</p>  </div> | | | |
| | 御飯 ねぎ塩チキン 切り昆布と大豆の煮物 千切り大根漬け 味噌汁 パイン缶 487kcal 3.1g コーヒーロールケーキ | ポークカレー 福神漬け カリフラワーのマリネ コンソメスープ フルーツヨーグルト 536kcal 3.4g ドームケーキ(こしあん) | 御飯 あじの南蛮漬け 春雨サラダ 三色煮豆 味噌汁 りんご缶 508kcal 2.6g ヨーグルトケーキ | | | | |

* 仕入れの都合により献立を変更することがございますのでご了承下さい。