

令和5年 1月献立

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6	7
朝食							バイキング5種 ご飯・味噌汁
夕食							
日	8	9	10	11	12	13	14
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁
夕食		焼きそば・魚料理 春巻き・中華スープ	コロッケ・魚料理 野菜サラダ ご飯・味噌汁	豚肉とねぎの甘辛炒め 魚料理・大根サラダ ご飯・味噌汁	豚丼・エビフライ コールスローサラダ ご飯・スープ	餃子・魚料理 春雨サラダ 炒飯・スープ	ラーメン・アメリカンドッグ ごぼうサラダ
日	15	16	17	18	19	20	21
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	きゅうりとツナのマヨサンド サラダ・ウインナー スープ・ヨーグルト	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	ブロッコリーとたまごの サンドイッチ ベーコン・スープ
夕食		豚バラ大根 魚料理・きんぴらごぼう ご飯・味噌汁	豆腐ハンバーグ・魚料理 マカロニサラダ ご飯・味噌汁	鍋・ご飯	八宝菜・魚料理 焼売・ご飯・スープ	鶏ちゃん・魚料理 野菜サラダ ご飯・味噌汁	ジンギスカン ポテトサラダ ごはん・味噌汁
日	22	23	24	25	26	27	28
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	BLTバーガー スクランプルエッグ スープ・ゼリー	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	バイキング5種 ご飯・味噌汁	ハムチーズサンド 目玉焼き サラダ・スープ
夕食		回鍋肉・魚料理 春雨サラダ ご飯・味噌汁	鶏とたまごのさっぱり煮 魚料理 もやしとニラのナムル ご飯・豚汁	ハヤシライス 魚料理・野菜サラダ コンソメスープ	豚こまの竜田揚げ 魚料理・野菜サラダ ご飯・味噌汁	麻婆豆腐 ごぼうサラダ・魚料理 ご飯・スープ	とんかつ 魚料理・野菜サラダ ご飯・味噌汁
日	29	30	31
朝食		バイキング5種 ご飯・味噌汁	卵とハムのサンドイッチ サラダ・スープ プリン				
夕食		肉じゃが・魚料理 大根サラダ・ご飯・味噌汁	カルボナーラスパゲッティ 魚料理・野菜サラダ スープ				