

令和7年1月 月間献立
明けましておめでとうございます

朝	<p>今年も皆様の健康管理と 楽しんで頂くお食事づくり に 努めてまいります どうぞ宜しくお願い申し上げます</p> <p>令和七年 元旦 ウイング栄養スタッフ</p>	1月1日(水)	1月2日(木)	1月3日(金)	1月4日(土)	1月5日(日)	
		<p>ご飯 みそ汁 祝い肴 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 赤魚の粕漬焼 青菜の菊花和え ゆずみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 肉脂いりの煮物 大根と人参の和え物 ふりかけ 牛乳</p>	<p>かに雑炊 だし巻き卵 カリフラワーの ドレッシング和え 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 大根のそぼろ煮 とろろ芋 ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ 漬物</p>
		<p>赤飯 祝い肴 お煮しめ 紅白なます 雑煮風汁</p>	<p>ご飯 雑煮風汁 刺身盛り合わせ 炊き合わせ りんごきんとん</p>	<p>ご飯 清汁 里芋の粉節煮 菜の花の辛子和え 抹茶ゼリー</p>	<p>ご飯 みそ汁 ほきの香味焼き ごぼうのピリ炒め 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 鶏肉の味噌炒め さつま芋サラダ 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 たらこのミモザ焼き キャロットサラダ 漬物</p>

朝	1月6日(月)	1月7日(火)	1月8日(水)	1月9日(木)	1月10日(金)	1月11日(土)	1月12日(日)	
	<p>ご飯 みそ汁 ちくわと野菜の生姜炒め いんげんのおかか和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>七草粥 あさり野菜の煮物 ちんげん菜のわさび和え うめびしお 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 お麩の中華卵とじ 白菜の浅漬け ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 ソーセージと野菜のソテー キャベツのわさび和え たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 ひき肉とカブのクリーム煮 もやしのおかか和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 豆腐のトロロ煮 小松菜のおひたし ふりかけ 牛乳</p>	<p>きのこ雑炊 チキンボールの中華煮 カリフラワーサラダ 牛乳</p>	<p>★井巡り★ 三色井</p>
	<p>みそ汁 もやしのゆかり和え 漬物</p>	<p>ご飯 かぼちゃスープ タンジーチキン マリネサラダ 漬物</p>	<p>みそ汁 豆腐のガーリックステーキ 豚パイサラダ 漬物</p>	<p>食パン ジャム クラムチャウダー ポパイサラダ みかんのコンポート</p>	<p>ご飯 清汁 たらこの天ぷら生煮みぞれあん さつまあげと白菜炒め 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 鶏肉のマーレド焼き 茄子のときゅうりの和風あえ 漬物</p>	<p>ご飯 中華スープ 回鍋肉 ナムル 漬物</p>	
<p>ご飯 鶏肉の梅煮 揚げ茄子の煮出し 漬物 りんごのコンポート</p>	<p>ご飯 サバの韓国風漬け焼き 切干大根の煮物 漬物 マンゴーのコンポート</p>	<p>ご飯 鶏肉の生姜焼き じゃが芋の金平 漬物 フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 筑前煮 菜の花の七味マヨ和え 漬物 バナナ</p>	<p>カレーライス わかめとカニカマの春雨サラダ 漬物 人参ゼリー</p>	<p>ご飯 イタリアンオムレツ ごぼうサラダ 漬物 フルーチェ</p>	<p>ご飯 ぶり大根 ほうれん草の和え物 漬物 パインのコンポート</p>		

朝	1月13日(月)	1月14日(火)	1月15日(水)	1月16日(木)	1月17日(金)	1月18日(土)	1月19日(日)
	<p>ご飯 みそ汁 はんぺんの煮物 白菜のしそ風味和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 田舎煮 納豆 のり佃煮 牛乳</p>	<p>かに雑炊 厚焼きたまご 青梗菜の海苔和え 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 さつま揚げと野菜の炒め物 じゃが芋の和風マヨ和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>しらす雑炊 豆腐チャンプルー なめ茸おろし 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 あさりと野菜の煮物 もやしのごまドレ和え うめびしお 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 がんもの煮物 とろろ芋 ふりかけ 牛乳</p>
	<p>ご飯 カレークリームスープ 鶏肉のトマトソースかけ イタリアンサラダ 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 変わり麻婆茄子 菜種和え 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 ハムカツ フレンチサ 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 さわらの竜田焼き 南瓜の含め煮 漬物</p>	<p>味噌ラーメン 焼売 ナムル</p>	<p>ご飯 みそ汁 たらこの磯焼き ひじきの煮物 漬物</p>	<p>ご飯 みそ汁 鶏肉のピザ風焼き マリネ風サラダ 漬物</p>
<p>ご飯 厚揚げと焼肉の生姜味噌炒め 冬瓜の信田煮 漬物 マンゴーのコンポート</p>	<p>ご飯 お魚バーグのねぎだれかけ さつま芋のバター醤油煮 漬物 黄桃のコンポート</p>	<p>ご飯 車麩と鶏肉の煮物 わかめともやしの和え物 漬物 オレンジ</p>	<p>ご飯 豚肉の香味炒め ピーマンサラダ 漬物 パインのコンポート</p>	<p>味噌ラーメン 焼売 ナムル</p>	<p>ご飯 みそ汁 煮込みハンバーグ スイートポテトサラダ 漬物 フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 みそ汁 挽肉の五目煮し 胡瓜とカリフラワーの中華和え 漬物 人参ゼリー</p>	

朝	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)	1月24日(金)	1月25日(土)	1月26日(日)
	<p>わかめ雑炊 えびつみれの煮物 小松菜の和え物 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 竹輪の卵とじ もやしのゆかり和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 肉だんごの煮物 青梗菜のわさび和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 冬瓜のそぼろ煮 白菜の柚子和え たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 野菜炒め 納豆 のり佃煮 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 ソーセージと冬瓜のコンソメ煮 茄子のポン酢和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>中華雑炊 田舎煮 いんげんの和え物 牛乳</p>
	<p>ご飯 みそ汁 さばの山椒焼き キャベツの七味マヨ和え 漬物</p>	<p>ショコラパン ミネストローネ グリーンサラダ ぶどうムース</p>	<p>中華スープ 家常豆腐 ナムル 漬物</p>	<p>コンソメスープ 彩りサラダ 漬物</p>	<p>みそ汁 鶏肉のはちみつ醤油焼き 切干大根のサラダ 漬物</p>	<p>ご飯 パンフキンスープ 白身魚のオーロラ焼き 大豆サラダ 漬物</p>	<p>～お楽しみ献立～ 鶏ごぼうの 炊き込みご飯 清汁 みかんのコンポート かわいいのとろろ煮し ねぎ塩豆腐</p>
<p>ご飯 鶏肉と大豆の煮物 ポテトの甘辛炒め 漬物 黄桃のコンポート</p>	<p>ご飯 テンジャオロースー風 菜の花の和え物 漬物 キウイ</p>	<p>ご飯 ホキの桑焼き 大根のうま塩煮 漬物 白桃のコンポート</p>	<p>ご飯 豚肉の生姜炒め ブロッコリーの昆布和え 漬物 マンゴーのコンポート</p>	<p>ご飯 コロケ カニカマとほうれん草和え 漬物 フルーチェ</p>	<p>ご飯 鶏肉の野菜あんかけ 金平ごぼう 漬物 パインのコンポート</p>	<p>ご飯 豚肉の柳川風 キャベツと大葉のサラダ 漬物 フルーツカクテル</p>	

朝	1月27日(月)	1月28日(火)	1月29日(水)	1月30日(木)	1月31日(金)	管理栄養士からのコメント
	<p>ご飯 みそ汁 がんもの煮物 小松菜のお浸し たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 ツナと大根の洋風煮 二色漬し ふりかけ 牛乳</p>	<p>きのこ雑炊 ベーコンと野菜のクリーム煮 あげと青菜のおひたし 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 魚肉ソーセージと野菜の炒め物 茄子のしそ和え ふりかけ 牛乳</p>	<p>ご飯 みそ汁 さつま揚げの煮物 もやしの柚子和え うめびしお 牛乳</p>	<p>「おせち料理・七草粥」 おせち料理は、年神さまを迎えて、健やかな新年をお祝いし、1年の幸福を祈りながら食する料理になります。七草は古来からいろいろな薬効があるといわれています。特に無病息災に過ごせると愛用されてきました。スズナはかぶ、スズシロは大根の古称で、ビタミン、ミネラルの供給源でもあります。施設でもお正月料理/七草粥等をご提供させていただきます。今年もしっかり召し上がり、元気に過ごしましょう。どうぞ宜しくお願い致します。</p>
	<p>ご飯 みそ汁 豚肉のオイスター炒め マカロニサラダ 漬物</p>	<p>清汁 あじフライ ごぼうの炒り煮 漬物</p>	<p>郷土料理 ～愛知～ 味噌煮込みうどん チクワの山椒炒め 菜の花のサラダ</p>	<p>ご飯 みそ汁 鶏の治部煮 ポテトサラダ 漬物</p>	<p>ご飯 コーンスープ さわらのパジロイル焼き ポテトサラダ 漬物</p>	<p>ご飯 照り焼きチキン やみつきキャベツ 漬物 マンゴーのコンポート</p>
<p>ご飯 鯛のチリソース 春雨の中華和え 漬物 バナナ</p>	<p>ご飯 豆腐ステーキ 肉みそかけ わかめサラダ 漬物 洋梨のコンポート</p>	<p>ご飯 マポー春雨 桜えびと白菜の和え物 漬物 人参ゼリー</p>	<p>ご飯 青菜とひき肉の和風照り焼き れんこんの青のり炒め 漬物 フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 照り焼きチキン やみつきキャベツ 漬物 マンゴーのコンポート</p>		