

# 令和8年<1月>献立予定表

日	月	火	水	木	金	土
日	日(kcal)	日(kcal)	日(kcal)	1日(kcal)	2日(kcal)	3日(kcal)
休館日				休館日	休館日	休館日
4日	5日(498kcal)	6日(497kcal)	7日(553kcal)	8日(535kcal)	9日(599kcal)	10日(599kcal)
休館日	ご飯 さわらの西京焼き 里芋の 小エビあんかけ 白菜のパスタサラダ お吸い物	発芽玄米ご飯 白身魚の南蛮漬け おかと 竹輪の南蛮漬け 根菜和風サラダ みそ汁	ご飯 肉じゃが 焼き餃子 オーロラサラダ みそ汁	五穀ご飯 擬製豆腐の だし浸し カリフラワーの コンビーフ風味 なすの和え物 みそ汁	お楽しみメニュー① ミニ菜めし 年明け五目うどん かき揚げ 春菊の中華和え フルーツ (みかん缶)	お楽しみメニュー① ミニ菜めし 年明け五目うどん かき揚げ 春菊の中華和え フルーツ (みかん缶)
	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ	お楽しみ
11日	12日(497kcal)	13日(603kcal)	14日(618kcal)	15日(563kcal)	16日(456kcal)	17日(495kcal)
休館日	ご飯 牛肉と インゲンの中華風 大根煮 とろろ昆布のせ 2色和え みそ汁	昆布とほんのり お抹茶 ふりかけご飯 関西風 だしたぬきそば 野菜入り炒り玉子 温野菜サラダ マンゴープリン	メンチの 香味たれかつ丼 レンコンマリネ みそ汁 いちごゼリー (あまおう)	ご飯 たまねぎと豚肉 の甘辛炒め かき揚げ オクラのおひたし みそ汁	ご飯 かに玉 甘酢あんかけ マー婆一ナス プロッコリーの 桜でんぶ和え みそ汁	ご飯 中華うま煮 えび入りビーフン 和風マヨ和え みそ汁
	しっとり蒸しケーキ 黒糖	しっとり蒸しケーキ いちご	ミニ今川焼き こしあん	ミニ今川焼き カスター	オレンジゼリー	青りんごゼリー
18日	19日(435kcal)	20日(617kcal)	21日(617kcal)	22日(514kcal)	23日(554kcal)	24日(548kcal)
休館日	ぶどうパン さわらハーブ衣焼き 鶏肉と 若布の煮浸し かにかまサラダ スープ	お楽しみメニュー④ お赤飯 お祝い六点盛 かき揚げ ~ゆず塩を添えて~ お吸い物 フルーツ(ネーブル)	お楽しみメニュー④ お赤飯 お祝い六点盛 かき揚げ ~ゆず塩を添えて~ お吸い物 フルーツ(ネーブル)	ジャーマンポテトライス (カレーソース) たっぷりキャベツの ツナマカロニサラダ みそ汁 フルーツ(みかん)	発芽玄米ご飯 白身フライ 里芋と鶏肉の 胡麻味噌煮 彩り野菜のサラダ すまし汁	ご飯 えびチリ 絹ごし揚げ煮 ピーマンナムル みそ汁
	ライチゼリー	ダブルベリーケーキ	マンゴーケーキ	マンゴープリン	ピーチゼリー	お茶プリン
25日	26日(472kcal)	27日(514kcal)	28日(643kcal)	29日(554kcal)	30日(483kcal)	31日(467kcal)
休館日	ご飯 サンマの塩焼き 白菜とひき肉の 味噌炒め さっぱり和え すまし汁	ご飯 メバル西京焼き 三角信田煮 ごぼうサラダ みそ汁	ミニ山菜五目ご飯 ぶっかけきしめん ささみフライ ピーナッツ和え フルーツ(バナナ)	ご飯 とんかつ キャベツのコンソメ煮 甘酢生姜和え みそ汁	ご飯 ホッケ煮付け じゃが芋と 鶏肉の照り煮 茹で野菜サラダ みそ汁	ご飯 オムレツ ~ミートソース~ 青菜と 竹輪の煮浸し うの花サラダ オニオンスープ
	ガトーショコラ	カエデの実	焼きプリンタルト	レモンのかスター・タルト	ごまプリン	プリン

食事の前は必ず石鹼で手を洗いましょう