

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日						
午前	<p>おせち料理は、1年の始まりに幸せを授けにやってくる年神様におもてなしをするものです。そしてお正月は、台所にいる神様がお休みをする日でもあります。健康を願う黒豆、豊作を祈る田作り豊かに暮らせるよう願う栗きんとんなど、縁起物を担いだ料理が詰め合わせされています。神様と一緒に新年のお祝いをしましょう。</p> 					4	牛乳 クッキー					
昼食						<p>今月の1人当たりの栄養量                      エネルギー464kcal                      たんぱく質19.5g                      脂質15.5g                      カルシウム259mg                      鉄分2.0mg                      塩分1.3g</p>					ポークカレーライス コンソメスープ 果物	
午後												
午前	6	牛乳 せんべい	7	牛乳 クラッカー	8	牛乳 ビスケット	9	牛乳 クッキー	10	牛乳 せんべい	11	牛乳 クラッカー
昼食	ごはん かぶのみそ汁 プリの揚げ煮 ほうれん草のおかか和え 果物		ごはん 大根のスープ マーボー豆腐 ナムル野菜 果物		ナポリタン 和風スープ チキンリングフライ ゼリー		ごはん いもの子汁 サバのみりん漬け焼き 小松菜の和え物 果物		ごはん 白菜のみそ汁 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーの磯和え 果物		ホイコーロー丼 チンゲン菜のスープ 果物	
午後	牛乳 ごま塩おにぎり		牛乳 お麩ラスク		牛乳 バナナ せんべい		牛乳 サンドイッチ		牛乳 りんご蒸しパン		牛乳 パン	
午前	13	成人の日	14	牛乳 ビスケット	15	牛乳 クッキー	16	牛乳 せんべい	17	牛乳 クラッカー	18	牛乳 ビスケット
昼食			ごはん のっぺい汁 イワシの生姜煮 三色和え 果物		ごはん 麺スープ キャベツのメンチカツ 青菜のゆかり和え 果物		チキンカレーライス わかめのスープ マカロニサラダ 果物		ごはん 豚汁 鮭の塩焼き ひじきの炒め煮 果物		とり丼 豆腐のみそ汁 果物	
午後			ミルクスイーツ せんべい		牛乳 わかめおにぎり		牛乳 揚げパン		牛乳 カステラサンド		牛乳 パン	
午前	20	牛乳 クッキー	21	牛乳 せんべい	22	牛乳 クラッカー	23	牛乳 ビスケット	24	牛乳 クッキー	25	牛乳 せんべい
昼食	ごはん なめこのみそ汁 ハンバーグ キャベツとツナのサラダ 果物		ごはん もずくのすまし汁 鶏肉の磯辺揚げ 切干大根のサラダ 果物		焼きそば 中華スープ しゅうまい 果物		ごはん さつま汁 さんまのみぞれ煮 もやしのおひたし 果物		ごはん 春雨のスープ 鶏肉のケチャップ煮 キャベツの昆布サラダ 果物		ハヤシライス 野菜スープ 果物	
午後	牛乳 マーラーカオ		牛乳 マカロニきな粉		牛乳 ゆかりおにぎり		牛乳 プチケーキ		フルーツヨーグルト せんべい		牛乳 パン	
午前	27	牛乳 クラッカー	28	牛乳 クッキー	29	牛乳 せんべい	30	牛乳 クラッカー	31	牛乳 ビスケット		
昼食	ごはん 筑前煮風スープ ミートボール サラスパサラダ 果物		ごはん かき玉すまし汁 ほっけの塩焼き 野菜ぎんぴら 果物		野菜みそラーメン 春巻き ポリポリ胡瓜 ゼリー		ごはん 豆苗のスープ 鶏肉のゆかり照り焼き ポテトサラダ 果物		ごはん ほうれん草のみそ汁 焼きコロッケ バンサンスー 果物			
午後	牛乳 あんぱん		牛乳 ソーセージマフィン		牛乳 ピラフおにぎり		牛乳 豆乳プリンタルト		牛乳 青のりラスク			

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。