

# 平成31年1月献立予定表

日	朝の献立	昼の献立	夕の献立	
22日 (火)	ご飯 味噌汁 アジの塩焼き キャベツのさっと煮 昆布の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 コンソメスープ3 りんごカレー 白菜と大根のツナサラダ フルーツヨーグルト	ご飯 味噌汁 鮭の梅煮 里芋の練り味噌がけ お新香	
23日 (水)	ご飯 味噌汁 サンマの蒲焼 青梗菜のさっと煮 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 鶏のマヨポン炒め チキンとセロリのサラダ ブルーチェ(ベリー)	ご飯 味噌汁 厚揚げの野菜あんかけ ほうれん草の白和え りんごシロップ漬け	
24日 (木)	ご飯 味噌汁 絹ごし豆腐のみぞれ煮 エノキのツナ味噌そぼろ 海苔の佃煮 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 長芋と豚肉の生姜味噌煮 ブロッコリーのミモザサラダ みかん	ご飯 味噌汁 鮭大根 きのこの味噌炒め お新香	
25日 (金)	ご飯 味噌汁 魚肉スクランブル 青梗菜とエノキの和え物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 タラ蒸しあんかけ 絹さやとハムの炒め物 津軽漬け	ご飯 味噌汁 ふきと豚肉の炒め物 かぼちゃの煮物 お新香	
26日 (土)	ご飯 味噌汁 いわしの梅煮 白菜と油揚げの煮物 らっきょう 牛乳(ヨーグルト)	鶏ごぼううどん フィッシュナゲット わかめとひじきの和風サラダ りんごシロップ漬け	ご飯 味噌汁 サワラの胡麻味噌煮 ほうれん草と豆腐のサラダ 青がっぱ漬け	
27日 (日)	ご飯 味噌汁 ねぎ納豆 もやしとニラの炒め物 みかん 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 味噌汁 かに玉あんかけ かぼちゃサラダ ネギ味噌	ご飯 味噌汁 鮭と里芋の煮付け キャベツのソース炒め お新香	
28日 (月)	ご飯 味噌汁 目玉焼き ひじきの煮物 梅干 牛乳(ヨーグルト)	ご飯 中華スープ 八宝菜 春雨サラダ 杏仁フルーツ	ご飯 味噌汁 さばのソテー梅ドレがけ 筍と菜の花の味噌炒め お新香	

※納品状況によりメニューが変更になる場合がありますので予めご了承下さいませ。