

Merry Christmas

クリスマスランチメニュー

- * 海鮮パエリア
 - * 鶏肉のコンフィー西京味噌仕立て
 - * MIXパンピザ
 - * 炙り甘えびカリフラワーすり流し
アーモンドを散らして
 - * クラムチャウダー
 - * サンタのお顔（練り切り和菓子）
- 令和6年12月25日（水）



2025年1月 献立表



		1/1(水)	1/2(木)	1/3(金)	1/4(土)	1/5(日)	
朝食		米飯 すまし汁(あさり) 筑前煮 紅白なます 牛乳	米飯 味噌汁(なめこ) いか団子の甘辛煮 茄子辛子和え ヨーグルト	米飯 味噌汁(白菜) はんぺんの黄身焼き キャベツの浅漬け たいみそ ショア	米飯 味噌汁(南瓜) 納豆 ウインナーと野菜の炒めもの 牛乳	米飯 味噌汁(南瓜) いわしの生姜煮 もずく酢 牛乳	
昼食		赤飯 雑煮風すまし汁 刺身紅白盛り 天ぷら盛合せ おせち盛合せ 茶碗蒸し 御所車 リンゴフルーツ	炊き込みご飯 すまし汁(花麩) 松風焼き 野菜と海老の中華煮 抹茶パエリア	米飯 すまし汁(かまぼこ) 鶏肉の大葉照り焼き 冬瓜のカニあんかけ ほうれん草のくるみ和え	米飯 味噌汁(茄子) 白身魚のきのこあんかけ 人参とわかめのナムル フルーツ(パイン缶)	米飯 すまし汁(里芋) 牛肉の細切り炒め ふるふき大根 スナッピースのツナ和え	
夕食		米飯 中華スープ(木耳、玉ねぎ) かに玉 切干大根の煮物	米飯 わかめスープ 赤魚の煮付け ごぼうとこんにゃくの炒め物	米飯 すまし汁(小松菜) ブリの塩麹焼き カリフラワーのサラダ	米飯 コンソメスープ(マッシュルーム、玉ねぎ) ポークチャップ ブロッコリーの炒め物	米飯 味噌汁(白菜) 豆腐ときのこの卵とし キャベツの炒め物	
		1/6(月)	1/7(火)	1/8(水)	1/9(木)	1/10(金)	
朝食	米飯 味噌汁(さつまいも) 竹輪の炒り煮 冷やしとろろ のり佃煮 ヨーグルト	七草粥 味噌汁(じゃがいも) 五目巾着の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え 梅びしお ショア	ロールパン コンソメスープ(キャベツ) オムレツ カリフラワーと豆のサラダ 牛乳	米飯 味噌汁(長ネギ) 肉団子の甘辛煮 菜の花の生姜和え ゆずみそ ヨーグルト	食パン コンソメスープ ミートボールケチャップ煮 ほうれん草サラダ ショア	米飯 味噌汁(さつまいも) 野菜とさつま揚げの炒め煮 オクラの青じそ和え のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁(もやし) 海鮮ハンバーグ 青梗菜のお浸し たいみそ ヨーグルト
昼食	中華丼 中華スープ(春雨) ひじきの白和え 杏仁豆腐	ポークカレー ロールキャベツのスープ煮 フルーツ(黄桃缶) ショア	米飯 中華スープ(ほうれん草) チキン南蛮 青梗菜の中華和え フルーツ(洋梨缶)	ちゃんぽん 焼き餃子 茄子の和えもの フルーツ(マンゴー)	炊き込みご飯 すまし汁(花麩) さばの味噌煮 金平ごぼう 牛乳寒天	米飯 味噌汁(さつまいも) アジの胡麻焼き しらたきの明太炒め さつま芋サラダ	米飯 すまし汁(おくら) 鱈の西京漬焼 レンコンサラダ フルーチェ
夕食	米飯 味噌汁(えのき) サワラのチーズ焼き 南瓜の煮物	米飯 味噌汁(茄子) サバの照焼 いんげんの炒り煮	米飯 すまし汁(はんぺん) メバルの山椒焼き 豆腐と野菜の塩炒め	米飯 すまし汁(玉子豆腐) ブリの煮付け 白菜と春雨のオイスターソース炒め	米飯 わかめスープ ホイコーロー 小松菜のナムル	米飯 すまし汁(かまぼこ) 豚肉のしぐれ煮風 小松菜の煮浸し	米飯 すまし汁(はんぺん) 鶏肉の香味焼き じゃが芋のソテー
		1/13(月)	1/14(火)	1/15(水)	1/16(木)	1/17(金)	
朝食	米飯 味噌汁(里芋) ホッケのみりん焼き 春菊の胡麻和え ショア	米飯 味噌汁(小町麩) 野菜炒め キムチ納豆 牛乳	米飯 味噌汁(ほうれん草) 温泉玉子 高野豆腐の煮物 ゆずみそ ショア	黒糖ロール コンソメスープ(セロリ) スクランブルエッグ シーフードサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(じゃが芋) 車麩の煮物 小松菜のピーナツ和え のり佃煮 ショア	米飯 味噌汁(菜の花) ポイルウインナー いんげんのゆかり和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(わかめ) エビボールの煮物 キャベツの和えもの ヨーグルト
昼食	米飯 味噌汁(ごぼう) 和風おろしハンバーグ スパゲッティサラダ ぶどうゼリー	米飯 味噌汁(冬瓜) あじののり塩焼き もやしの和え物 フルーツ(りんご缶)	米飯 中華スープ(春雨) 油淋鶏 豆腐とにらの塩炒め ねばねば和え	米飯 味噌汁(椎茸) サワラのバター醤油焼き がんもの煮物 フルーツ(オレンジ)	カレーうどん 竹輪の磯部揚げ もやしの和え物 みかんヨーグルト	米飯 すまし汁(わかめ) 白身魚の酒蒸しポン酢ソース 筑前煮 大根サラダ	米飯 味噌汁(なめこ) 牛皿 なすの生姜煮浸し カリフラワーのわさびマヨ和え
夕食	米飯 すまし汁(長葱) 千草焼き 切り昆布と厚揚げの煮物	米飯 すまし汁(かまぼこ) 豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 茄子の肉みそかけ	米飯 味噌汁(大根) 赤魚の照り焼き 豚肉と白菜の炒め煮	米飯 すまし汁(ほうれん草) 鶏肉の山椒焼き インゲンの甘辛炒め	米飯 すまし汁(あさり) 白身魚の野菜あんかけ 南瓜と枝豆の煮物	米飯 味噌汁(春菊) 肉じゃが 厚揚げのカニあんかけ	米飯 味噌汁(さつまいも) カレイのみぞれ煮 白菜の鶏レバー炒め
		1/20(月)	1/21(火)	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	
朝食	米飯 味噌汁(キャベツ) つみれの煮物 ほうれん草のくるみ和え 牛乳	食パン ポタージュ 野菜とソーセージの炒め物 ブロッコリーのサラダ ショア	米飯 味噌汁(小町麩) 厚焼き玉子 茄子の香味和え ゆずみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(なめこ) 春雨の炒め物 しらす納豆 牛乳	米飯 味噌汁(えのき) イワシの生姜煮 春菊の胡麻和え たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁(里芋) 鶏つくねの煮物 キャベツの和え物 ショア	米飯 味噌汁(冬瓜) さつま揚げの炒め物 玉ねぎの和え物 梅びしお 牛乳
昼食	米飯 味噌汁(舞茸) ブリの竜田揚げ野菜あんかけ 菜の花の胡麻和え フルーツ(カクテル缶)	炊き込みご飯 すまし汁(花麩) 鶏肉の甘酢照り焼き 小松菜の和え物 ミルクプリン	米飯 すまし汁(はんぺん) さばの胡麻焼き キャベツの炒め物 青梗菜のサラダ	米飯 中華スープ(白菜) 鶏の唐揚げ きのこあんかけ ハムと胡瓜の中華風和え フルーツ(マンゴー)	米飯 鶏の粕汁 サワラの中華ソース 茄子の梅肉和え フルーツ(みかん缶)	米飯 味噌汁(ナス) 豚肉の卵とし こんにゃくの炒め煮 かぼちゃのサラダ	米飯 味噌汁(キャベツ) バナナヨーグルト ショア
夕食	米飯 すまし汁(しめじ) ぎせい豆腐 スナッピースの炒め物	米飯 味噌汁(ワカメ) 赤魚煮付け じゃがいもの炒め物	米飯 味噌汁(かぶ) 豆腐と豚肉の中華炒め 春菊の辛子和え	米飯 すまし汁(玉子) アジの煮つけ ほうれん草と油揚げの煮浸し	米飯 味噌汁(豆腐) 豚肉のオイスターソース炒め コールスローサラダ	米飯 すまし汁(椎茸) ホッケのネギ焼き 大根の帆立あんかけ	米飯 味噌汁(キャベツ) 白身魚と野菜の昆布蒸し にら玉炒め
		1/27(月)	1/28(火)	1/29(水)	1/30(木)	1/31(金)	
朝食	レーズンロール コーンポタージュ 海老団子のコンソメ煮 ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁(南瓜) みそ玉子 レンコンのマヨ和え ショア	米飯 味噌汁(小松菜) さんまの生姜煮 白菜の柚子和え たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁(玉ねぎ) 里芋と竹輪の煮物 小松菜の和えもの のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁(さつまいも) はんぺんチーズ焼き 青梗菜の和え物 ゆずみそ ショア	<h2>あけまして おめでとう ございます</h2>	
昼食	米飯 すまし汁(豆腐) ブリの塩麹焼き 根菜とちくわの煮物 フルーツ(カクテル缶)	米飯 味噌汁(かぶ) 鶏肉の葱塩焼き 海鮮団子の煮物 ほうれん草のピーナツ和え	米飯 すまし汁(玉子豆腐) 豚肉と野菜の炒め物 さつま芋のバター煮 フルーツ(みかん缶)	スタミナ丼 わかめスープ ごぼうサラダ フルーツ(マンゴー)	米飯 味噌汁(油揚げ) 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 大根の梅おかつ和え		
夕食	米飯 卵スープ 麻婆茄子 白滝のたらこ炒め	米飯 すまし汁(かまぼこ) 白身魚のさらさ蒸し 卵の花炒め	米飯 味噌汁(じゃが芋) 千草焼き ひじき煮	米飯 すまし汁(はんぺん) タラの豆乳煮込み 厚揚げのそぼろ煮	米飯 すまし汁(花麩) 鶏肉の胡麻味噌焼き 冬瓜の柚子胡椒あん		