

クリスマスランチ

※ バターライス

※ ミートローフ

※ マリネサラダ

※ かぼちゃの

ポタージュスープ

※ ケーキ



2025年12月25日

2026年1月 献立表

		1/1(木)	1/2(金)	1/3(土)	1/4(日)			
朝食	 <p>デイサービスについては第2週と第4週（5日・6日・7日を除く）の昼食は、ご利用者様のご選択による「選択食」となっております。※デイサービス以外につきましては、「選択食」ではありませんので、予めご了承下さい。</p>	米飯 味噌汁（あさり） 筑前煮 紅白なます ヨーグルト	米飯 味噌汁（白菜） いか団子の甘辛煮 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃがいも） ネギ納豆 野菜炒め ヨーグルト	米飯 味噌汁（南瓜） いわしの生姜煮 ほうれん草の辛子和え ヨーグルト			
昼食(定食)		赤飯 雑煮風すまし汁 刺身紅白盛り おせち盛合せ 茶碗蒸し フルーツ（みかん）	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/ババロア	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（パイナップル）	米飯 すまし汁（そうめん） 豚肉の細切り炒め スナッピースのツナ和え いちごゼリー			
夕食		米飯 中華スープ（カリフラワー） 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 コンソメスープ（玉ねぎ） ポークチャップ ブロッコリーのソテー	米飯 味噌汁（油揚げ） 豆腐ハンバーグ 鶏レバー炒め			
		1/5(月)	1/6(火)	1/7(水)	1/8(木)	1/9(金)	1/10(土)	1/11(日)
朝食	米飯 味噌汁（さつまいも） 竹輪の炒り煮 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（キャベツ） オムレツ 漬物 ヨーグルト	七草粥 味噌汁（なめこ） 五目巾着の煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（長ネギ） 肉団子の甘辛煮 いんげんの生姜和え ヨーグルト	食パン コーンスープ 魚肉ソーセージ炒め ほうれん草サラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつまいも） 野菜とさつまいもの炒め煮 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（麩） 切干煮 しそ納豆 ヨーグルト	
昼食(定食)	ハヤシライス ロールキャベツのスープ煮 菜の花サラダ フルーツ(黄桃缶)	中華丼 中華スープ（春雨） ナムル プリン	ソース焼きそば 味噌汁（しめじ） 春菊のごま和え ジョア	米飯 味噌汁（油揚げ） アジの胡麻焼き しらたきの明太炒め オクラの青じそ和え	米飯 すまし汁（花麩） さばの味噌煮 がんもの煮物 マカロニサラダ	米飯 中華スープ（冬瓜） チキン南蛮 青梗菜の中華和え フルーツ(みかん缶)	米飯 すまし汁（おくら） 鯖の西京漬焼 揚げ茄子と厚揚げ煮 春雨サラダ	
昼食(洋食)				米飯 味噌汁（油揚げ） 豚肉のしぐれ煮風 しらたきの明太炒め オクラの青じそ和え	米飯 すまし汁（花麩） 豚肉の塩だれ炒め がんもの煮物 マカロニサラダ	米飯 中華スープ（冬瓜） 赤魚の山椒焼き 青梗菜の中華和え フルーツ(みかん缶)		
夕食	米飯 味噌汁（えのき） 白身魚のチーズ焼き さつまいものレーズン煮	米飯 味噌汁（茄子） 鯖の照焼 じゃがいもの炒り煮	米飯 すまし汁（玉子豆腐） プリの煮付け 白菜と春雨のオイスターソース炒め	米飯 すまし汁（かまぼこ） 豚肉のしぐれ煮風 カリフラワーと豆のサラダ	米飯 わかめスープ 豚肉の塩だれ炒め 煮炊	米飯 すまし汁（はんぺん） 赤魚の山椒焼き 根菜の煮物	米飯 味噌汁（えのき） 鶏じゃが もやしとゆかり和え	
		1/12(月)	1/13(火)	1/14(水)	1/15(木)	1/16(金)	1/17(土)	1/18(日)
朝食	米飯 味噌汁（南瓜） はんぺん磯辺焼 春菊の胡麻和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（小松菜） 五目煮 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（ほうれん草） 目玉焼き 塩昆布和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（さつまいも） 車麩の煮物 梅びしお ヨーグルト	米飯 味噌汁（じゃが芋） 厚揚げそぼろ煮 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（菜の花） 温泉玉子 インゲンの甘辛炒め ヨーグルト	米飯 味噌汁（ほうれん草） ス克蘭ブルエッグ のり佃煮 ヨーグルト	
昼食(定食)	米飯 味噌汁（冬瓜） たらものムニエル 豚肉と白菜の炒め煮 フルーツ（パイナップル）	スタミナ丼（〇） すまし汁（花麩） レンコンサラダ ジョア	米飯 すまし汁（春菊） 油淋鶏 冬瓜のカニあんかけ じゃべつ和え物	米飯 味噌汁（椎茸） さばの胡麻焼き 豆腐とにらの塩炒め 白菜と若芽の和え物	米飯 きつねうどん はんぺんフライ 切干大根サラダ ジョア	米飯 すまし汁（麩） たらもの酒蒸しポン酢ソース 茄子の肉味噌かけ いちごゼリー	米飯 味噌汁（なめこ） 豚肉の塩だれ炒め 豚肉の治部煮 フルーツ(みかん缶)	
夕食	米飯 すまし汁（菜の花） 干草焼き ひじきと牛蒡の金平	米飯 味噌汁（油揚げ） 豆腐ハンバーグのきのこあんかけ じゃが芋のソテー	米飯 味噌汁（かぶ） 赤魚の照り焼き 高野豆腐の含め煮	米飯 すまし汁（そうめん） 鶏肉の香味焼き 南瓜と枝豆の煮物	米飯 味噌汁（豆腐） 白身魚の野菜あんかけ もやしとピーマンの炒め物	米飯 味噌汁（わかめ） 豚肉のオイスターソース炒め 花野菜サラダ	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	
		1/19(月)	1/20(火)	1/21(水)	1/22(木)	1/23(金)	1/24(土)	1/25(日)
朝食	米飯 味噌汁（キャベツ） つみれの煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（麩） 厚焼き玉子 小松菜の辛子和え ヨーグルト	食パン ポタージュ 野菜とソーセージのソテー ブロッコリーのサラダ ヨーグルト	米飯 味噌汁（えのき） イワシの生姜煮 春菊のくるみ和え ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） ほうれん草と油揚げの煮浸し おろし納豆 ヨーグルト	米飯 味噌汁（玉ねぎ） 肉団子の煮物 漬物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（豆腐） さつまいもの炒め物 梅びしお ヨーグルト	
昼食(定食)	炊き込みご飯 すまし汁（小松菜） 鯖の塩焼き 里芋田楽 マンゴープリン	米飯 味噌汁（冬瓜） プリの竜田揚げ野菜あん 菜の花の胡麻和え フルーツ（洋梨缶）	米飯 味噌汁（しめじ） ますのバター醤油焼き さつまいものレモン煮 青梗菜のサラダ	米飯 味噌汁（かぶ） 鶏の唐揚げ 茸ソース かぼちゃのサラダ フルーツ（黄桃缶）	米飯 味噌汁（麩） 豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 春雨の炒め物 青菜のお浸し	米飯 すまし汁（椎茸） 豚肉の塩だれ炒め 大根の帆立あんかけ フルーツ（パイナップル）	米飯 味噌汁（えのき） 鶏肉の治部煮 もやしとかにかまのわさびマヨ和え ブドウゼリー	
昼食(洋食)	炊き込みご飯 すまし汁（小松菜） 麻婆茄子 里芋田楽 マンゴープリン	米飯 味噌汁（冬瓜） きせい豆腐 菜の花の胡麻和え フルーツ（洋梨缶）	米飯 味噌汁（しめじ） 玉子と豚肉の中華炒め さつまいものレモン煮 青梗菜のサラダ	米飯 味噌汁（かぶ） アジの煮つけ かぼちゃのサラダ フルーツ（黄桃缶）	米飯 味噌汁（麩） 豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ 春雨の炒め物 青菜のお浸し	米飯 すまし汁（椎茸） 白身魚のコーンマヨ焼き 大根の帆立あんかけ フルーツ（パイナップル）		
夕食	米飯 玉子スープ 麻婆茄子 スナッピースのサラダ	米飯 すまし汁（オクラ） きせい豆腐 じゃがいもの炒め物	米飯 中華スープ（白菜） 玉子と豚肉の中華炒め もやしのナムル	米飯 すまし汁（はんぺん） アジの煮つけ れんこんの柚子胡椒炒め	米飯 すまし汁（かまぼこ） 豚肉のさっぱり蒸しゴマだれ がんもの煮物	米飯 味噌汁（ナス） 白身魚のコーンマヨ焼き こんにゃくの炒め煮	米飯 味噌汁（いんげん） たらと野菜の昆布蒸し かぼちゃのいとこ煮	
		1/26(月)	1/27(火)	1/28(水)	1/29(木)	1/30(金)	1/31(土)	
朝食	米飯 味噌汁（さつまいも） みそ玉子 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（麩） エビボールの煮物 ふりかけ ヨーグルト	米飯 味噌汁（小松菜） 肉詰めいなり煮 たいみそ ヨーグルト	米飯 味噌汁（玉ねぎ） 里芋と竹輪の煮物 のり佃煮 ヨーグルト	米飯 味噌汁（なめこ） はんぺん/バター醤油焼 青梗菜の和え物 ヨーグルト	米飯 味噌汁（オクラ） 野菜炒め キムチ納豆 ヨーグルト		
昼食(定食)	米飯 すまし汁（わかめ） 赤魚和風焼き 根菜とちくわの煮物 フルーツ（黄桃缶）	チキンカレー 海藻サラダ フルーツ（バナナ） ジョア	米飯 すまし汁（豆腐） 豚肉と野菜の炒め物 オクラの梅おかつ和え フルーツ（みかん缶）	米飯 味噌汁（菜の花） 和風ハンバーグ ごぼうの金平 スパゲッティサラダ	米飯 味噌汁（なめこ） 鯖のおろし煮 高野豆腐の煮物 かぶと胡瓜の酢の物	米飯 味噌汁（麩） 鶏のマスタード焼き 南瓜のそぼろかけ 白菜のポン酢和え		
夕食	米飯 味噌汁（春菊） すき焼き風煮 大根のゆかり和え	米飯 すまし汁（花麩） 赤魚煮付け 白菜サラダ	米飯 味噌汁（じゃが芋） 干草焼き ひじき煮	米飯 すまし汁（たまご豆腐） たら豆乳煮込み 茄子とピーマンのんにく炒め	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	米飯 すまし汁（かまぼこ） 白身魚の生姜焼き 白滝のたらこ炒め		