

献立表

現 場：サンホームふじみ  
期 間：2020/1/1～2020/1/15

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
朝食				帆立の雑炊 青梗菜のかにあん 伊達巻 味噌汁(あさり、浅葱)	御飯 五目きんぴら たらこ 味噌汁(油揚げ、ワカ)	御飯 野菜の旨煮 納豆山かけ 味噌汁(トロッコフ、シジ)	御飯 切干大根とひじきの煮物 鱧の甘露煮 味噌汁(葱、油揚げ)
昼食				御節料理 御赤飯 筑前煮 春玉子焼き 柚子紅白なます 栗きんとん 昆布巻き 紅白蒲鉾	五目散らし寿司 豆腐ハンバーグキノあん 和風サラダ	海老チャーハン 肉団子の甘酢あん ビビンバ	炊き込みごはん 若鶏二色巻 炊き合わせ 錦玉子 みかん あさりとしめじ澄まし汁
夕食				御飯 ブリの照り焼き 炊き合わせ 小松菜胡桃和え やわらか福餅入お雑煮	御飯 豚角煮 キャベツのサラダ もずく和え物 つみれ汁	御飯 サバの味噌煮 白菜の炒め 小松菜海苔和え 吸物(卵豆腐)	御飯 焼き肉 フロッカーの胡麻サラダ ミニ豆腐
3時				七福神人形焼き	柿	りんご	ヨーグルト
	5	6	7	8	9	10	11
朝食	御飯 きのこ豆腐の煮物 茸五目玉子焼き 味噌汁(シカイトロッコフ)	御飯 厚揚げと野菜の煮物 鰯の梅煮 味噌汁(里芋、ナメ)	御飯 げがが芋の煮物 しらす納豆 味噌汁(大根、エノキ)	御飯 高野豆腐含め煮 サバの味噌煮 味噌汁(葱、里芋)	御飯 白菜とあさりの煮物 ミートオムレツ 味噌汁(玉葱、キャベツ)	御飯 キャベツとピーマンの煮物 胡麻納豆 味噌汁(里芋、ワカ)	御飯 含め煮(里芋、大根) ししゃも甘露煮 味噌汁(シジ、葱)
昼食	御飯 サーモンフライ 納豆の煮浸し 黒豆煮	チャーシュー麺 錦糸しゅうまい ナムル 杏仁豆腐	七草粥 松風焼き 里芋の田楽 紅白なます 柿 鮭粕汁	御飯 鶏肉のピカタ 人参とブロッコリーのソテー ごぼうサラダ りんご 大根のスープ	御飯 麻婆豆腐 納豆のナムル 海老餃子 キウイとモモ 青梗菜とキクラゲのスープ	御飯 かぼちゃコロッセ 魚介と野菜のトマト煮 チキンサラダ みかん 味噌汁(葱、豆腐)	鶏肉ときのこのカレーライス 海草サラダ 漬物(福神漬) フルーツヨーグルト かき卵スープ
夕食	御飯 豚しゃぶ風 南瓜のサラダ 大根ゆかり和え 青梗菜のスープ	御飯 カレイのムニエル 小松菜とタラの炒め マカロニサラダ	御飯 肉豆腐 キャベツの炒め 春菊のポン酢和え	御飯 豚しょうが焼き ポテトサラダ 野沢菜漬け	御飯 サンマの塩焼き 卵の花の炒り煮 オクラとめかぶの和え物	御飯 カニ玉 小松菜と挽肉オムレツ炒め もやし和え物	御飯 和風ハンバーグ 人参の甘煮 白菜のサラダ
3時	さつまいも小豆煮		飲み物	選べるおやつ			
	12	13	14	15			
朝食	御飯 4色きんぴら ウィンナー 味噌汁(大根、トロッコフ)	御飯 小松菜の厚揚げの煮物 イワシ生姜煮 味噌汁(含めこ、葱)	御飯 キャベツとソーセージの煮物 オクラ納豆 味噌汁(里芋、ワカ)	御飯 白菜とハンパンの煮物 玉子焼き 味噌汁(大根、キャベツ)			
昼食	御飯 カレイのみぞれ煮 揚げ出し豆腐 春菊とシジのサラダ	おつきりこみ 蓮根と南瓜のはさみ揚げ もずく三杯酢 漬物(きゅうり) バナナ	御飯 親子煮 納豆の炒め 青海苔とろろ ぶどう 味噌汁(葱、白菜)	小豆粥 サバの香り味噌焼き 含め煮(里芋、大根) 小松菜のお浸し みかん みつばと豆腐の澄まし汁			
	御飯	御飯	御飯	御飯			

夕 食	クリームシチュー (鶏) キャベツのサラダ スクランブルエッグ	鱈と舞茸刺-ブ 焼き さつまいもレモン煮 ブロッコリーのピーナツ和え	エビチリ 海草と豆腐のサラダ しゅうまい	豚肉と冬野菜の煮物 胡瓜とワカメの酢の物 しじみの佃煮		
3 時	焼林檎	デザートバイキング	飲み物	選べるおやつ		