

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日
		赤飯 ブリの照り焼き（おせち） なます すまし汁	赤魚の煮付け 茶碗蒸し ほうれん草のお浸し すまし汁	人参ごはん 豚肉の生姜焼き 焼き豆腐の煮付け 小松菜の辛子和え 味噌汁	チキンカツ マグロカツ ちくわの煮付け いんげんサラダ 味噌汁	チンジャオロース えび焼売 わかめと胡瓜の中華和え 中華スープ
1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
ハヤシライス イカリングフライ ブロッコリーサラダ コンソメープ	七草粥 鮭の塩焼き 厚焼きたまご ほうれん草の青じそ和え 豚汁	アジフライ えびカツ ジャーマンポテト 白菜のサラダ 味噌汁	豚肉のつけ焼き 小松菜のスープ煮 かぼちゃサラダ 味噌汁	味噌煮込みうどん 磯辺揚げ わかめと胡瓜の酢の物	照り焼きハンバーグ 茄子のそぼろ炒め 大根サラダ 味噌汁	豚肉と野菜の味噌炒め 大根の煮付け 小松菜のサラダ すまし汁
1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日
メンチカツ チンゲン菜のソテー マカロニサラダ コンソメスープ	鮭の幽庵焼き 豚肉のつけ焼き 糸昆布の煮付け キャベツの甘酢和え 味噌汁	焼肉丼 里芋の煮付 春雨の酢の物 味噌汁	カレーうどん ホタテフライ 小松菜の辛子和え	豚肉の味噌マヨ焼き 南瓜の煮付け もずくの酢の物 すまし汁	白身魚の香味焼き 厚揚げの肉みそかけ 白菜のゆかり和え すまし汁	ソースカツ ブロッコリーの炒め物 わかめと胡瓜の酢の物 すまし汁
1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
豚肉の生姜焼き あじの蒲焼き ひじきの煮付け かぼちゃサラダ すまし汁	鶏唐揚げの甘酢かけ 冬瓜の煮付け 小松菜のサラダ 味噌汁	鯖みりん 厚揚げと野菜の煮付け いんげんとちくわの青じそ和え 味噌汁	肉きしめん かきあげ ほうれん草の和え物	鶏肉のきのこあんかけ チンゲン菜の煮浸し ポテトサラダ 味噌汁	中華飯 野菜焼売 春雨サラダ 中華スープ	ミートスパゲティ オムレツ キャベツサラダ
1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日	 は選択食となっています！  は行事食となっています！ 丼物やカレー等を除き、全てのお食事に ご飯がついてきます	
アジフライ きんぴらごぼう 小松菜の辛子和え 味噌汁	鶏肉の味噌焼き キャベツのコンソメ煮 大根サラダ すまし汁	煮込みハンバーグ ほうれん草のソテー マカロニサラダ コーンスープ	鯖の竜田揚げ 豚肉のゴマ焼き さつまいものレモン煮 小松菜サラダ すまし汁	チンジャオロース 餃子 チンゲン菜の中華和え 中華スープ		