

献立表

現 場：さくら厨房

献立種類：普通食（個別献立）

期 間：2025/1/4～2025/1/31

	日	月	火	水	木	金	土
							4
夕食							ご飯 赤魚の煮付け れんこん肉詰めフライ 卵の花 ピーマンの炒め物 漬物
	5	6	7	8	9	10	11
夕食	ご飯 豆腐ハンバーグ(照り焼き) ひじきサラダ インゲンのピーナツ和え カリフラワーカレーソテー 漬物	ご飯 あじフライ シュウマイ 茄子の煮浸し 春菊とコーンの和え物 漬物	ご飯 牛肉と春雨の炒め物 白菜のおかかポン酢 ちくわ磯部揚げ ほうれん草のごま和え 漬物	ご飯 かれいのしょうが煮 三角春巻き チンゲン菜のオイスターソース炒め 切干大根ゆかり和え 漬物	ご飯 肉団子の甘酢あん ポテトサラダ インゲンとツナのソテー 煮豆 漬物	ご飯 ブリの照り焼き 春雨サラダ 菜の花のからし和え 里芋の煮物 漬物	ご飯 ビーフカツ 塩焼きそば にんじんサラダ ほうれん草のお浸し 漬物
	12	13	14	15	16	17	18
夕食	ご飯 ホキの照り焼き オムレツ 春雨の酢の物 小松菜と薄揚げ炒め 漬物	ご飯 肉じゃが カリフラワーのカレーソテー 大根の梅和え オクラのごま和え 漬物	ご飯 鯖の西京焼き 蒸し鶏ともやしのサラダ 冬瓜水晶煮 黒豆 漬物	ご飯 鶏肉のスタミナ焼き きのこの和風スパゲッティ 胡瓜とわかめの酢の物 キャベツのごま昆布和え 漬物	ご飯 タラの照り焼き ミニおこのみやき 大根と竹輪煮 菜の花のからし和え 漬物	ご飯 豚の生姜焼き イカフライ ブロッコリーのサラダ レンコンの梅肉和え 漬物	ご飯 海老フライと挟み揚げ スパゲティナポリタン 小松菜のピーナツ和え カリフラワーのピクルス 漬物
	19	20	21	22	23	24	25
夕食	ご飯 青椒牛肉絲 もやしの酢の物 ほうれん草カニカマ和え 大学いも風 漬物	ご飯 鯖の塩焼き ピーマン肉詰めフライ こんにゃく炒め 春菊としめじのお浸し 漬物	ご飯 鶏の塩麴焼き 春雨の中華風 ブロッコリーのドレッシングかけ なすのしょうが和え 漬物	ご飯 めばるの照り焼き スパゲティサラダ かぼちやの煮物 ほうれん草のお浸し 漬物	ご飯 塩焼きそば 海藻サラダ チンゲンサイかつお梅 竹輪の磯辺揚げ 漬物	ご飯 天ぶら盛り合わせ 卵の花 大根おろし 菜の花辛子マヨ和え 漬物	ご飯 豚肉とピーマンの炒め物 人参の炒め物 白菜のゆかり和え 里芋の煮物 漬物
	26	27	28	29	30	31	
夕食	ご飯 鯖の味噌煮 肉団子の甘酢あん もやし炒め 春菊とえのきの和え物 漬物	ご飯 鶏唐揚げ 切干大根煮 いんげんとツナの和え物 三色ピーマンのマリネ 漬物	ご飯 鱈蒲焼風 トリささみロール 高野豆腐の煮物 レンコンの梅肉和え 漬物	ご飯 豚肉の焼肉 ポテトサラダ ほうれん草のおかか和え わかめの酢の物 漬物	ご飯 かれいの煮付け スパゲティサラダ 金平ごぼう チンゲン菜の中華和え 漬物	ご飯 牛すきやき風 オムレツ カリフラワーのサラダ 大根の信田煮 漬物	