

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	1月27日(日)	1月28日(月)	1月29日(火)	1月30日(水)	1月31日(木)	2月1日(金)	2月2日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 ひじきの煮物 厚焼き卵 たいみそ	ご飯 みそ汁 白菜の煮浸し 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 もやしの和え物 しらす干し	ご飯 みそ汁 ごぼうの当座煮 胡瓜のみかん酢の物 うぐいす豆	ご飯 みそ汁 かぶの含め煮 青梗菜の和え物 あみの佃煮	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜煮込み キャベツのめんつゆ和え 漬け物	ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 もずく うぐいす豆
昼食	ご飯 みそ汁 鶏肉の宇治茶焼き 刻み昆布の煮物 青梗菜のお浸し	ビビンバ 中華スープ 春雨中華サラダ 杏仁豆腐	ご飯 みそ汁 ねぎとろ 南瓜と茄子の煮物 小松菜の辛子和え	ロールパン ホワイトシチュー ミートボール みかん	ご飯 みそ汁 メンチカツ 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し	赤飯 みそ汁 かれいのきのこあんかけ さつま揚げの煮物 胡瓜のゆかり和え	大豆ご飯 みそ汁 ほっけのみりん焼き がんものおろし煮 春菊のごま和え
おやつ	フルーチェ	黒糖まんじゅう	どら焼き	ミルクサンド	カスタードケーキ	バナカステラ	節分まんじゅう
夕食	ご飯 コンソメスープ スパニッシュオムレツ きのこスパゲッティ ハムのマリネ	そば めんつゆ 天ぷら盛り合わせ 筑前煮 りんご	ご飯 みそ汁 豚肉の二色巻き 大根金平 みかん	ご飯 みそ汁 青ひらすの西京焼き さつま芋のこぶ煮 小松菜のお浸し	菜飯御飯 みそ汁 白身魚の煮つけ じゃが芋のそぼろ煮 りんご	ご飯 沢煮椀 鶏ササミカツ 卵豆腐 白和え	いなり寿司 みそ汁 豚肉と舞茸の煮物 みかん 菜の花の辛子和え

※ 食品の発注状況等により、献立が変更になる事があります。