

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

	1月19日(日)	1月20日(月)	1月21日(火)	1月22日(水)	1月23日(木)	1月24日(金)	1月25日(土)
朝食	ご飯 みそ汁 ひじき煮 うぐいす豆 たいみそ	ご飯 みそ汁 キャベツの煮びたし 納豆 漬け物	ご飯 みそ汁 炒り卵 もやしの和え物 梅干し	ご飯 みそ汁 はんぺんの野菜あんかけ もずく 金山寺味噌	ご飯 みそ汁 にしんの甘露煮 白菜のポン酢和え 漬け物	ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 厚焼玉子 海苔佃煮	ご飯 みそ汁 ぜんまいの炒め煮 白花豆 たらこ
	ご飯 みそ汁 豚肉と卵の炒め物 かぶの含め煮 バナナミルクプリン	ご飯 たまごスープ タンドリーチキン 大根とハムのサラダ キウイフルーツ	ご飯 ホワイトシチュー ミートボール 野菜ジュース	三色丼 みそ汁 和風サラダ 黒ごまプリン	ご飯 みそ汁 ほっけの塩焼き 千草焼き 胡瓜の塩昆布和え	ご飯 みそ汁 アジフライ ポテトサラダ みかん	ご飯 みそ汁 肉団子の野菜あんかけ さつまいものレモン煮 キャベツとしらすの和え物
おやつ	ヨーグルト	ビスコ	乳菓まんじゅう	かつぱえびせん	カスタードケーキ	雪の宿せんべい	ヨーグルト
夕食	ご飯 中華スープ かに玉 白菜のミルク煮 ブロッコリーの中華風和え	そば めんつゆ 天ぷらの盛り合わせ 筑前煮 小松菜と卵の辛し和え	ご飯 みそ汁 さわらの梅ネギダレ 里芋のそぼろ煮 みかん	ご飯 すまし汁 さばの味噌煮 豚肉と舞茸の煮物 胡瓜とわかめの酢の物	ご飯 みそ汁 豆腐チャンプルー 大根とカニカマのサラダ キウイフルーツ	ご飯 みそ汁 牛肉の柳川風煮 厚揚げの煮物 白菜の梅肉和え	ご飯 コンソメスープ 白身魚のカレーマヨネーズ焼き ポトフ アセロラゼリー

※ 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。