

みどりの森・ふるとねの郷 週間献立

| | 1月25日(日) | 1月26日(月) | 1月27日(火) | 1月28日(水) | 1月29日(木) | 1月30日(金) | 1月31日(土) |
|------------|---|--|--|--|--|---|---|
| 朝食 | ご飯 みそ汁 生揚げの煮物 もやしのゆかり和え 金山寺味噌 | ご飯 みそ汁 大豆煮 キャベツとしらすのめんつゆ和え 海苔佃煮 | ご飯 みそ汁 べっこう煮 納豆 漬け物 | ご飯 みそ汁 いわしのおかか煮 もずく 梅干し | ご飯 みそ汁 コンソメ煮 ウインナー たいみそ | ご飯 みそ汁 かぶの含め煮 厚焼玉子 しそひじき | ご飯 みそ汁 切干大根の煮物 白花豆 漬け物 |
| 昼食 | ご飯 みそ汁 鶏肉のネギ味噌焼き かわり金平 小松菜のくるみ和え | ご飯 みそ汁 ほつけのみりん焼き 切り干し大根の煮物 プロッコリーの胡麻和え | 長崎ちゃんぽん ちゃんぽん炒め 春巻き マンゴープリン | ご飯 みそ汁 さわらの西京焼き 南瓜とひじきの炒め煮 胡瓜の梅肉和え | 三色丼 みそ汁 和風サラダ 黒ごまプリン | ご飯 みそ汁 豚肉の生姜焼き 白菜と生揚げの煮物 小松菜の胡麻和え | オムライス きのこのスープ チキンナゲット オレンジ |
| おやつ | ヨーグルト | バナナカステラ | カスタードケーキ | 蒸しパン | やわらかサブレ | 枝豆スナック | ヨーグルト |
| 夕食 | ご飯 コンソメスープ スペニッシュオムレツ 白菜のミルク煮 アセロラゼリー | ご飯 みそ汁 鶏肉の唐揚げ 南瓜サラダ オレンジ | ご飯 みそ汁 赤魚の煮つけ 白和え うぐいす豆 | ご飯 みそ汁 豚肉の二色巻き がんもの煮物 青梗菜のきのこ和え | ご飯 みそ汁 タラの味噌バター焼き 里芋の炊き合わせ キウイフルーツ | ご飯 コンソメスープ アジフライ ポテトサラダ 人参マリネ | ご飯 みそ汁 太刀魚のおろしポン酢かけ さつま揚げの煮物 白菜のおかか和え |

※ 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。