



日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
1月4日(木) 1月18日(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,切干し大根,ほうれん草,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	みかん お好みおやき
1月5日(金) 1月19日(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,大根,キャベツ,だし昆布 等 / きゅうり,人参,だし昆布 等	みかん おじゃ
1月6日(土) 1月20日(土)	おかゆ 旨煮 みかん 	米 / 豚肉,凍り豆腐,切干し大根,さつまいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン
1月9日(火) 1月23日(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	米 / 白身魚,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,はくさい,だし昆布,味噌 等	みかん 煮込みうどん 
1月10日(水) 1月24日(水)	おかゆ 味噌煮 きざみ煮	米 / 豚肉,凍り豆腐,大根,人参,だし昆布,味噌 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご じゃがいものおやき
1月12日(金) 1月26日(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,大根,人参,だし昆布,味噌 等	みかん だいこんのお焼き
1月13日(土) 1月27日(土)	おかゆ 野菜の旨煮 みかん 	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / みかん	コッペパン
1月15日(月) 1月29日(月)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 味噌汁	米 / 鶏ひき肉,(絹)豆腐,人参,はくさい,だし昆布,片栗粉 等 / ほうれん草,大根,人参,だし昆布,味噌 等	りんご さつまいものおやき
1月16日(火) 1月30日(火)	おかゆ 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,大根,だし昆布 等 / さつまいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	りんご おじゃ
1月17日(水) 1月31日(水)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	米 / 白身魚,はくさい,きゅうり,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	みかん じゃがいものおやき
1月22日(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 切干し大根,きゅうり,だし昆布 等	りんご おじゃ 
1月25日(木)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	米 / 鶏肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,だし昆布 等	りんご おじゃ
誕生会 1月11日(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁 	米 / 鶏肉,人参,キャベツ,だし昆布 等 / (絹)豆腐,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,味噌 等	りんご おじゃ

月平均栄養価 エネルギー 256kcal たんぱく質 8.9g 脂質 3.4g

○上記以外にミルクがつきます。  
○献立は諸事情により、変更することがあります。

