

# 2022年 1月の献立 デイハウス松原「ファミリー」

月	火	水	木	金	土
 <p>謹賀新年</p>		5日	6日	7日	8日
		お雑煮(白みそ) 白ご飯  ブリ大根 黒豆 酢の物 果物	お雑煮(すまし) 白ご飯  煮物 黒豆 酢の物 果物	七草がゆ 煮物 酢の物 果物	他人丼 酢の物 具だくさん汁 果物
10日	11日(誕生会)	12日	13日	14日	15日
白ご飯 麻婆豆腐 酢の物 みそ汁 果物	赤飯 お刺身・煮物 酢の物 お吸い物 果物	カレーライス スープ キャベツの甘酢 フルーツポンチ	肉うどん いなり寿司 煮豆 果物	白ご飯 ハンバーグ ポテトサラダ スープ 果物	小豆粥 魚の煮付け 青菜のゴマ和え 具だくさん汁 果物
17日	18日	19日	20日	21日	22日
親子丼 酢の物 お吸い物 果物	さつまいもご飯 魚の煮付け キャベツの塩こぶ和え みそ汁 果物	白ご飯 肉じゃが 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 魚の煮付け 酢の物 みそ汁 果物	白ご飯 筑前煮 酢の物 みそ汁 果物	お好み焼き 青菜のお浸し 春雨スープ 果物
24日	25日	26日	27日	28日	29日
菜飯 魚のフライ サラダ かき玉汁 果物	ハヤシライス サラダ スープ 果物	ちらし寿司 青菜のゴマ和え お吸い物 果物	白ご飯 おでん風煮物 酢の物 赤だし 果物	白ご飯 魚の味噌煮 酢の物 お吸い物 果物	白ご飯 天ぷら 大根おろしの なめ茸あえ 赤だし 果物
31日					
白ご飯 しょうが焼き マカロニサラダ みそ汁 果物					

◎当日のメニューは材料の都合で変更になる場合があります。