



月	火	水	木	金	土
1月5日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日
白ご飯 豚肉と玉葱の甘辛煮 かぶと竹輪の含め煮 春菊信田和え みそ汁	白ご飯 赤魚粕漬焼き 切昆布大豆 ふきの酢みそあえ みそ汁	白ご飯 豚肉と玉葱の甘辛煮 かぶと竹輪の含め煮 春菊信田和え みそ汁	地鶏ご飯 シルバー照り焼き かぼちゃのクリーム仕立て 小松菜と人参の辛子和え みそ汁	金沢名物 ハントンライス クリーミーベーコンポテト 人参の甘酢和え スープ 	白ご飯 ぶりの照り揚げ 人参しりしり ごぼうサラダ みそ汁
1月12日	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日
白ご飯 ビーフシチュー スクランブルエッグ フルーツカクテル	白ご飯 和風ハンバーグ クリーミーベーコンポテト 野菜マリネ みそ汁	白ご飯 ビーフシチュー スクランブルエッグ フルーツカクテル	白ご飯 サンマ塩焼き 大豆五目煮 キャベツのツナマヨかけ みそ汁	白ご飯 縞ホッケ煮付け 豚肉とインゲンの炒め風 ブロッコリーのガーリック風味 みそ汁	白ご飯 イタリアンオムレツ かぶのごま油炒め ポテトサラダ みそ汁
1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日	1月24日
白ご飯 白身魚の南蛮漬け くずし南瓜のそぼろあん もやしの和え物 みそ汁	白ご飯 クリーミーコロッケ カリフラワーのソテー風味 レンコンマリネ みそ汁	白ご飯 白身魚の南蛮漬け くずし南瓜のそぼろあん もやしの和え物 みそ汁	白ご飯 茹で豚の香味がけ ほうれん草ツナ煮 かぼちゃサラダ みそ汁	あごだし五目ご飯 鶏肉の照りがらめ ・マーボナス なめこおろし みそ汁	白ご飯 トンカツ ひじきの彩り煮 ザワークラウト風 みそ汁
1月26日	1月27日	1月28日	1月29日	1月30日	1月31日
白ご飯 豚の角煮 じゃが芋トマト煮 根菜和風サラダ みそ汁	白ご飯 麻婆豆腐 ビーフンと野菜の炒め煮風 さつま揚げといんげんの ピーナッツ和え みそ汁	白ご飯 豚の角煮 じゃが芋トマト煮 根菜和風サラダ みそ汁	白ご飯 ホッケ塩焼き 卵の花炒り煮 スパゲティサラダ みそ汁	白ご飯 豚肉と野菜のチリ炒め チンゲン菜のチリ和え 切昆布大豆 みそ汁	発芽玄米ご飯 さわら西京焼き 春雨と豚肉の炒め煮 ほうれん草の胡麻浸し みそ汁

※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。