

令和6年 1月【夕食】メニュー



TEL : 03-5902-3666
FAX : 03-3927-1126

日曜日	月曜日 1	火曜日 2	水曜日 3	木曜日 4	金曜日 5	土曜日 6
	定休日	定休日	定休日	ご飯 味噌汁 ぶり大根 椎茸煮 青菜 さつま芋甘露煮 青菜の胡麻和え 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 鶏一味焼き マカロニソテー イカカツ キャベツウインナー味噌 パストラミサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 肉じゃが 縮さや チキンロールフライ ポテトサラダ 漬物 フルーツ
7	8	9	10	11	12	13
ご飯 味噌汁 オムレツ デミソース 野菜炒め ボイルアスパラ カレーコロッケ 大根サラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 キャベツ牛肉のオイスターソース炒め たけのこ煮 焼き餃子 ブロッコリーツナサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 煮込みハンバーグ デミソース ペンネソテー ポテト揚げ 白滝の炒り煮 スパサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 野菜つくね チリソース ハムステーキ カリフラワー ベーコンときのこの醤油炒め 海藻サラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 ササミステーキ カクテルソース バイクドエッグ カレー サウザンサラダ 漬物 ピンク団子	鮭ご飯 味噌汁 豚ロースの生姜焼き ペンネソテー 大根アサリ煮 花野菜胡麻ドレサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 チンジャオロース 串カツ 粗挽きつくね 白菜サラダ 漬物 フルーツ
14	15	16	17	18	19	20
ご飯 味噌汁 豆腐ステーキ 香味あん 小籠包 さつま芋揚げ 切干大根煮 ピーマン黒胡椒炒め 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 サーモンパン粉焼き スパソテー 玉子ロール 海鮮チンジャオロース ごまドレサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 エビフライ タルタルソース ナポリタン 根菜煮 もやしカニカマサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 照焼きハンバーグ スパソテー グリルチキン 麻婆茄子 蒸し鶏とわかめサラダ 漬物 蒸し饅頭	刻みのみりご飯 味噌汁 黒酢豚 切干大根煮 ポテトサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 かつ丼風煮 鶏肉と大豆のトマト煮込み 白菜白きくらげサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 唐揚げと根菜の甘酢あん じゃが芋ベーコンソテー 枝豆サラダ 漬物 フルーツ
21	22	23	24	25	26	27
ご飯 味噌汁 豚キムチ さつま揚げ煮 昆布煮 玉ねぎコーンサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 照焼き ピーマンソテー かにしゅうまい ハヤシシチュー 春雨サラダ 漬物 フルーツ	炊き込みご飯 味噌汁 チキン南蛮 スパソテー ひじき煮 キャベツ竹輪サラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 うどん煮 目玉焼きフライ ミックスビーンズサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 ハンバーグ トマトソース マカロニソテー フライドポテト 鶏肉の親子煮 切干大根サラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 とり天 スパソテー しゅうまい イカとブロッコリー炒め きのこイタリアンサラダ 漬物 ミニくず桜	ご飯 味噌汁 豚肉と茄子の味噌炒め 金平ごぼう がんも煮 きくらげサラダ 漬物 フルーツ
28	29	30	31			
ご飯 味噌汁 麻婆茄子 焼き餃子 ホック塩焼き カリフラワーサラダ 漬物 フルーツ	ゆかりご飯 味噌汁 白身フライ ナポリタン えびかつ 豚肉ときのこの甘辛煮 白菜アスパラサラダ 漬物 フルーツ	ご飯 味噌汁 イカバター醤油焼き 竹輪天 肉団子あん ささぎごぼう煮 マカロニサラダ 漬物 メープルケーキ	ご飯 味噌汁 肉団子の酢豚風 ぼてとサラダハムカツ シーフードサラダ 漬物 フルーツ			

1食あたりの栄養量：エネルギー 約560Kcal たんぱく質 約23g 塩分 5.0g未満

お弁当の追加・キャンセル・変更のご連絡は、前日午後3時までをお願いいたします。

仕入れの都合により、メニューは変更になる場合がございます。ご了承ください。