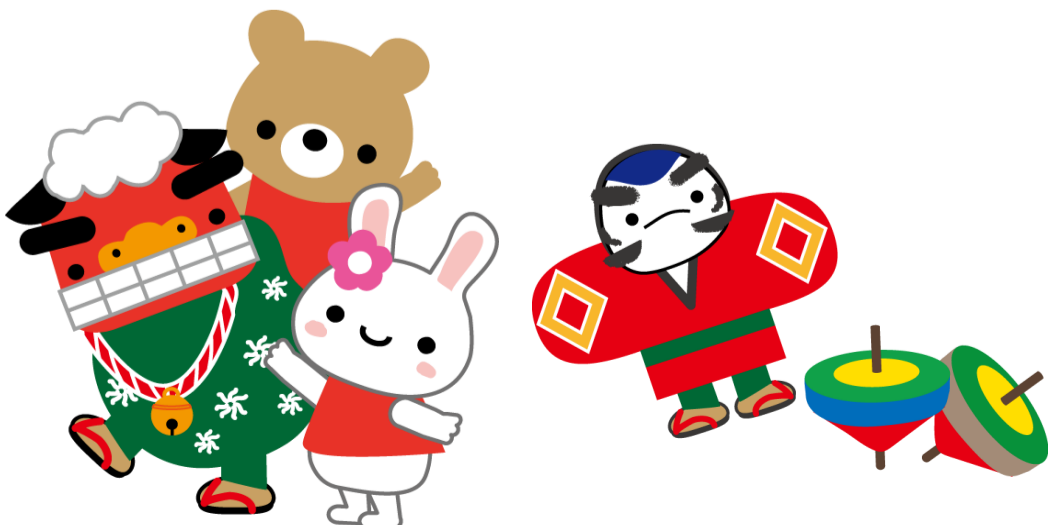


暖暖の里 献立表



(株)ミツイ フードサービス部

	1月1日(月)	1月2日(火)	1月3日(水)	1月4日(木)	1月5日(金)	1月6日(土)	1月7日(日)
朝	お節盛りの合わせ お雑煮 お粥 お餅 お漬物	はんぺんの卵とし ふりかけ なす漬 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ソーセージの卵炒め 海苔佃煮 青胡瓜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ミニオムレツ ほうれん草のバター炒め パン コンソメスープ 牛乳	ツナと玉ねぎの煮物 昆布佃煮 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	鮭の塩焼き 味付け海苔 梅干し ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ミートボール 納豆 赤胡瓜漬 ご飯 七草汁 ヨーグルト
昼	お弁当 味噌汁 デザート	照焼きつくね ポテトサラダ しば漬け ご飯 清まし汁 デザート	スモークサーモン丼 漬物 けんちん汁 デザート	新春祝い膳 若鶏八幡巻き 赤魚粕漬け 五色なます きんとん お赤飯 清まし汁 デザート	鱈の照焼き 茄子のミートソース煮 マカロニサラダ ご飯 味噌汁 デザート	松風焼き 人参しりしり 水菜と茹で卵のサラダ ご飯 清まし汁 デザート	オムライス コーンサラダ 野菜スープ フルーチェ
夕	ふくのたたき お煮め 浸し豆 なます 粕汁 デザート	太刀魚の塩焼き きんぴらごぼう タマゴサラダ ご飯 味噌汁	カニと豆腐のふんわり蒸し 白菜の卵とし 茄子といんげんの生姜風味 ご飯 清まし汁	鶏の味噌漬焼き かぼちゃサラダ ほうれん草のナムル ご飯 味噌汁	肉じゃがコロケ 茄子の煮浸し ブロッコリーサラダ ご飯 清まし汁	マグロ漬け丼 ほうれん草のお浸し 温麺汁 デザート	豚肉ときくらげの中華炒め 笹蒲鉾のおろし和え スパゲティーサラダ ご飯 清まし汁
朝	さつま揚げと糸こんにの煮物 卵焼き 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	ごぼう巻と里芋の煮物 とろろ あみ佃煮 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ウインナーと卵炒め 厚揚げ煮 桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	玉ねぎとマゴロククの煮物 味付け海苔 エビ味噌 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	がんもの含め煮 笹かまの山葵醤油和え 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	目玉焼き なめ茸豆腐 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	鱈の塩焼き 納豆 青胡瓜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	ブリの味噌バター焼き 高野豆腐と舞茸の煮物 ポテトサラダ ご飯 味噌汁 デザート	酢鶏 雪菜のお浸し さつま芋とツナのサラダ ご飯 清まし汁 デザート	鱈の黄身焼き 竹輪と大根の煮物 南瓜とレーズのサラダ ご飯 味噌汁 デザート	ハヤシライス わかめともやしのサラダ 大根と卵のみぞれスープ デザート	鱈の味噌マヨ焼き なすとインゴリの煮物 きゅうりとワサの酢の物 ご飯 味噌汁 デザート	タンドリーチキン ほうれん草とハムの和え物 さつま芋の甘露煮 ご飯 清まし汁 デザート	たぬき蕎麦 海苔巻き 柚子白菜 和風プリン
夕	チャブチェ 蒸し鶏と玉ねぎのマリネ 切干大根煮 ご飯 味噌汁	いわしの生姜煮 炒り豆腐 たくあんのごま油和え ご飯 味噌汁	とんかつ スパゲティーサラダ ご飯 けんちん汁 デザート	メバルの山椒焼き 豆腐田楽 白菜ナムル ご飯 味噌汁	豚の角煮 油揚げと小松菜の煮浸し 南瓜の煮物 ご飯 清まし汁	ねぎトロ丼 里芋と高野豆腐の煮物 煮豆 味噌汁 デザート	豚の生姜焼き きんぴらごぼう キムチ漬け ご飯 清まし汁
朝	厚揚げ煮 ポイルドウインナー ゴマ塩 あずき粥 味噌汁 乳酸飲料	もやしのそぼろあん 味付け海苔 高菜漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	豚バラと糸こんにの煮物 温泉卵 ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	卵焼きのおろしかけ 納豆 しば漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	板麩の卵とし ソーセージのウスター炒め 赤胡瓜漬 ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ベーコンとじゃが芋のトマト煮 スクランブルエッグ パン コンソメスープ 牛乳	ハム野菜炒め 昆布佃煮 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト
昼	親子丼 煮豆のじゃま和え 水菜とカニカマのサラダ 清まし汁 デザート	メヌケの煮付 チンゲン菜のクリーム煮 春雨サラダ ご飯 味噌汁 デザート	和風ハンバーグ 昆布と大豆の煮物 白菜の梅鯉和え ご飯 清まし汁 デザート	白身魚フライ 薩摩揚げと大根の煮物 じゃが芋とコーンのサラダ 味噌汁 デザート	ハヤシライス ブロッコリーと卵のサラダ コンソメスープ デザート	鱈の竜田揚げ 筑前煮 柚子大根 ご飯 味噌汁 デザート	麻婆豆腐 チンゲン菜のおかか和え ご飯 清まし汁 フルーツボンチ
夕	イワシの梅煮 回鍋肉 粉ふき芋 ご飯 味噌汁	蒸し餃子の葱油かけ 茄子と豚肉の味噌煮 小松菜のお浸し 舞茸ご飯 清まし汁	赤魚の煮付 ピーマンの揚げ浸し 卵とハムのサラダ ご飯 味噌汁	鶏唐揚げ 厚揚げといんげんの煮物 きゅうりの酢の物 ご飯 清まし汁	鱈の塩焼き 肉詰め稲荷 春雨とハムのウスター炒め ご飯 味噌汁	鶏と大根の旨煮 ゆで卵の甘酢あん 金時豆 ご飯 清まし汁	サーモンちらし 卵の花 しば漬け 味噌汁 デザート
朝	目玉焼き 海苔佃煮 刻み大根漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ほくし鱈の卵とし 切干大根煮 鯛味噌 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	高野豆腐の卵とし なめ茸おろし ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	白菜としらすの柔らか煮 納豆 しば漬け ご飯 味噌汁 ヨーグルト	バイコドエッグ 肉味噌 青胡瓜漬け ご飯 味噌汁 乳酸飲料	ミニハンバーグ 里芋の煮物 梅干し ご飯 味噌汁 ヨーグルト	卵焼き ポイルドウインナー 梅びしお ご飯 味噌汁 乳酸飲料
昼	秋刀魚のマスタード焼き 牛蒡の柔らか煮 南瓜サラダ ご飯 味噌汁 デザート	煮込みハンバーグ ひじき煮 里芋のサラダ ご飯 清まし汁 デザート	赤魚の葱蒸し がんもと大根の煮物 南瓜グラタン ご飯 味噌汁 デザート	ロールキャベツ 蒸し鶏と胡瓜のサラダ ひじきの白和え ご飯 清まし汁 デザート	鱈のトマト煮 大豆とベーコンの煮物 ブロッコリーのごま和え ご飯 味噌汁 デザート	鶏天おろし ほうれん草のおかか和え 味噌大豆 ご飯 清まし汁 デザート	カレーうどん 冷奴 フルーツヨーグルト
夕	豆腐と鶏挽肉の味噌つみれ 茹でキャベツの旨塩和え ゆかりご飯 清まし汁 デザート	ホッケのおろし煮 棒棒鶏サラダ 人参きんぴら ご飯 味噌汁	照焼きチキン カワカワのガーリック炒め 小松菜の煮浸し ご飯 清まし汁	鱈の菜種焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草のお浸し ご飯 味噌汁	すき焼き風煮 温泉卵 若布の柚子酢和え ご飯 清まし汁	鮭の塩焼き 和風マカロニサラダ 長芋のなめ茸和え ご飯 味噌汁	茄子肉詰めフライ スパゲティーサラダ きゅうりと豆麩の酢の物 ご飯 清まし汁
朝	ツナ野菜炒め 笹蒲鉾の山葵醤油和え 桜漬 ご飯 味噌汁 ヨーグルト	豚肉と茄子の旨煮 あみ佃煮 ふりかけ ご飯 味噌汁 乳酸飲料	メバルの塩焼き 納豆 海苔佃煮 ご飯 味噌汁 ヨーグルト				
昼	鶏の味噌バター焼き ふろふき大根 マカロニサラダ ご飯 味噌汁 デザート	鱈の袖庵焼き 厚揚げのそぼろ煮 白菜と卵の春雨サラダ ご飯 清まし汁 デザート	焼きビーフン 焼売 野菜たっぷり餃子スープ デザート				
夕	鱈味噌煮 揚げ出し豆腐 キャベツとカニカマのサラダ 味噌汁	肉じゃが わかめのごま酢和え 冷奴 ご飯 清まし汁	マグロやまかけ丼 胡瓜とみかんの酢の物 昆布豆 味噌汁 デザート				



初春