

# 令和4年 1月 献立予定表

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
<p>あけまして おめでとう ございます</p>	<p>4日</p> <p>お正月膳</p> 	<p>5日</p> <p>お正月膳</p>	<p>6日</p> <p>ご 飯 キスの天ぷら 肉じゃが ゆかり酢和え 味噌汁</p>	<p>7日</p> <p>七草がゆ お好み焼き風オムレツ 大根とアサリの旨煮 胡麻よごし 味噌汁</p>	<p>8日</p> <p>ご 飯 豆腐のみぞれ煮 花野菜のカレーマヨ焼き シーフードサラダ 味噌汁</p>
<p>10日</p> <p>ご 飯 サバの梅味噌煮 南瓜の海老あんかけ なめ茸和え 澄まし汁</p>	<p>11日</p> <p>高菜チャーハン 棒ギョウザ カニかま和え フルーツ コーンスープ</p>	<p>12日</p> <p>ご 飯 鶏肉のトマト煮 ゼンマイの田舎煮 春雨サラダ 味噌汁</p>	<p>13日</p> <p>ご 飯 味噌おでん 白和え のり佃煮 沢煮汁</p>	<p>14日</p> <p>ご 飯 高野豆腐の含め煮 中華風酢の物 フルーツ けいらんうどん</p>	<p>15日</p> <p>ご 飯 唐揚げ 白菜のミルク煮 おかか和え 味噌汁</p>
<p>17日</p> <p>鶏ごぼう飯 五目豆腐揚げ ふきのおかか煮 辛子和え 茶碗蒸し</p>	<p>18日</p> <p>ご 飯 魚の粕漬焼き 茄子の中華炒め 柚香和え 味噌汁</p>	<p>19日</p> <p>ご 飯 スクランブルエッグ ごぼう味噌 フルーツ ポトフ</p>	<p>20日</p> <p>ご 飯 肉豆腐 さつま芋とリンゴの甘煮 切干大根サラダ 味噌汁</p>	<p>21日</p> <p>ご 飯 魚のレモン風味焼き 肉野菜炒め クルミ和え 味噌汁</p>	<p>22日</p> <p>豚 丼 角麩の甘辛煮 おろし酢和え フルーツ 味噌汁</p>
<p>24日</p> <p>ご 飯 ハンバーグ 里芋の煮っころがし 菜果サラダ 味噌汁</p>	<p>25日</p> <p>ご 飯 お好み焼き風オムレツ 大根とアサリの旨煮 胡麻よごし 味噌汁</p>	<p>26日</p> <p>ご 飯 キスの天ぷら 肉じゃが ゆかり酢和え 味噌汁</p>	<p>27日</p> <p>ご 飯 鶏肉のトマト煮 ゼンマイの田舎煮 春雨サラダ 味噌汁</p>	<p>28日</p> <p>高菜チャーハン 棒ギョウザ カニかま和え フルーツ コーンスープ</p>	<p>29日</p> <p>ご 飯 高野豆腐の含め煮 中華風酢の物 のり佃煮 けいらんうどん</p>
<p>31日</p> <p>ご 飯 豆腐のみぞれ煮 花野菜のカレーマヨ焼き シーフードサラダ 味噌汁</p>					

※ 行事・材料の都合により献立を変更することがあります