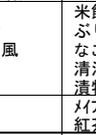
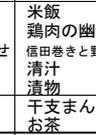
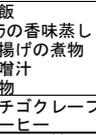




	日	月	火	水	木	金	土		
朝食	 <h1>1月のこんだて</h1> <h2>大今里ケアホーム 月間献立 入所</h2> <h3>令和6年1月1日～1月31日</h3>			黒糖ロール マカロニサラダ 牛乳 <b>*おせち*</b> 赤飯 鰯の西京焼 お煮しめ ・なます ・黒豆 ・蒲鉾寿 ・数の子 ・伊達巻 ・くりきんとん 雑煮(西京味噌)	ミルクツイスト ポテトサラダ 牛乳 新春ちらし寿司 茶碗蒸し 黄桃缶 赤だし	いちごジャムパン 切り干し大根煮 牛乳 米飯 寄せ鍋風 春菊と湯葉の煮浸し パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	ショコラロール ｽﾀｯﾌﾟ ﾈﾝﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 牛乳 米飯 ﾈﾞﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｲﾝｶﾞﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 白桃缶 ｺﾝｽﾞﾓｰｽﾞ ふりかけ		
昼食				米飯 すき焼き風煮 たたきごぼう風 清汁 漬物 生和菓子 昆布茶	米飯 ぶりの照り焼き なごみ巻きの煮合わせ 清汁 漬物 ﾏｲｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	米飯 鶏肉の幽庵焼き 信田巻きと野菜の炊き合せ 清汁 漬物 干支まんじゅう お茶	米飯 ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾌﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 味噌汁 カレー ｺｰﾋｰ		
夕食									
3時									
朝食	5	6	7	8	9	10	11		
朝食	シュガーバターコーペ スパゲティサラダ 牛乳	黒糖ロール フロッキーの炒め物 牛乳	<b>*春の七草*</b> 七草粥 大根の煮物 牛乳	カスタードリング ｲﾝｶﾞﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 牛乳	黒糖みるく ほうれん草の和え物 牛乳	シュガーバターコーペ キャベツの和え物 牛乳	レーズドッグ ｶﾛｰ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 牛乳		
昼食	米飯 豚肉の生姜焼き ほうれん草のごま和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 麻婆豆腐 キャベツの中華和え パイナップル缶 中華スープ ふりかけ	米飯 鶏肉の味噌焼き ｶﾌﾞﾏ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 和え みかん缶 清汁 ふりかけ	米飯 豚ひき肉の中華炒め きゅうりのナムル みかん缶 清汁 ふりかけ	米飯 シルバーの照り焼き 大根の金平 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚じゃが 小松菜の湯葉和え バナナ 清汁 ふりかけ	米飯 カレーうどん チンゲン菜のツナ和え パイナップル缶 ふりかけ		
夕食	米飯 ｱﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のｶﾌﾞﾏ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 添え じゃが煮 清汁 漬物	米飯 牛肉の柳川風煮 しる菜の和え物 味噌汁 漬物	米飯 ｶﾌﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の梅煮 菜の花とカニかま和え 味噌汁 漬物	米飯 ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の生姜あんかけ 炒り豆腐 味噌汁 漬物	米飯 鶏肉のケチャップ炒め はくさいサラダ 清汁 漬物	米飯 ｱﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のねぎソースかけ カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物	米飯 蒸しホキのとろろかけ がんもの含め煮 味噌汁 漬物		
3時	ビーチムス 紅茶	焼きﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｺｰﾋｰ	たい焼き(ｸﾘｰﾑ) 紅茶	ムースｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｺｰﾋｰ	ｼｯﾄﾘ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	今川焼き(小倉あん) お茶	あんころもち風デザート 紅茶		
朝食	12	13	14	15	16	17	18		
朝食	カスタードクリームパン ほうれん草の和え物 牛乳	黒糖ロールパン 菜の花の和風サラダ 牛乳	シュガーバターコーペ ポテトサラダ 牛乳	<b>*小正月*</b> 小豆粥 冬瓜の煮物 牛乳	はちみつブンブン スパゲティサラダ 牛乳	ショコラロール ｱﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 牛乳	抹茶リング 菜の花のﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 和え 牛乳		
昼食	豚ひき肉のルー口飯風 もやしのナムル みかん缶 中華スープ	米飯 ｶﾌﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の塩焼き 切り干し煮 マンゴー缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 豚肉のオムレツ炒め 春雨のﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 和え パイナップル缶 清汁 ふりかけ	米飯 ｼﾙﾊﾞｰ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の山椒味噌焼き しる菜の煮浸し バナナ 清汁 ふりかけ	米飯 お刺身盛り合せ じゃが芋の炒め煮 黄桃缶 赤だし ふりかけ	米飯 ハンバーグ(デミソース添え) シーザーサラダ みかん缶 コンソメスープ ふりかけ	米飯 エビグラタン ｲﾝｶﾞﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のサラダ パイナップル缶 コンソメスープ ふりかけ		
夕食	米飯 シルバーの照り焼き 大根の含め煮 清汁 漬物	米飯 鶏肉とｱﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の炒め物 ジャーマンパンブキン 清汁 漬物	米飯 ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のﾄﾏ煮 フロッキーのゆず醤油和え 味噌汁 漬物	米飯 筑前煮 ｶﾘﾌﾗﾜｰ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のゆかり和え 味噌汁 漬物	米飯 肉団子のクリーム煮 さつま芋のソテー コンソメスープ 漬物	米飯 ホキの香味焼き 茄子の含め煮 味噌汁 漬物	米飯 たらこの和風ムニエル カリフラワーサラダ 味噌汁 漬物		
3時	いちごマフィン 紅茶	ぶどうムース ｺｰﾋｰ	牛乳ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	鯛まんじゅう お茶	ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	チョコワッフル ｺｰﾋｰ	もみじまんじゅう お茶		
朝食	19	20	21	22	23	24	25		
朝食	黒糖ロール チンゲン菜の柚子醤油和え 牛乳	シュガーバターコーペ 春菊の和え物 牛乳	ミニショコラツイスト ポテトサラダ 牛乳	チョコカスター カリフラワーサラダ 牛乳	ストロベリーツイスト しる菜の煮浸し 牛乳	レーズドッグ マカロニサラダ 牛乳	シュガーバターコーペ 菜の花の和え物 牛乳		
昼食	米飯 白身魚の野菜あんかけ 卵とはんぺんのふわふわ焼き キウイ 味噌汁 ふりかけ	米飯 とんこつラーメン カリフラワーの中華和え フルーツ杏仁 ふりかけ	米飯 豚カツ ほうれん草の柚子和え オレンジ 味噌汁 ふりかけ	米飯 ｷﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のﾗ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾌ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 福神漬 つきよ	米飯 お刺身盛り合せ じゃが芋の炒め煮 黄桃缶 赤だし ふりかけ	米飯 豚ひき肉とチンゲン菜の中華煮 ｱﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ と竹輪のごまマヨ和え みかん缶 コンソメスープ ふりかけ	米飯 ホキのカレームニエル ｲﾝｶﾞﾝ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の和え 黄桃缶 味噌汁 ふりかけ		
夕食	米飯 牛肉の香味焼き さつま芋の甘露煮 清汁 漬物	米飯 ホキの煮付け 小松菜のくるみお和え 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの照焼き 大根の甘酢和え 清汁 漬物	米飯 ｶﾌﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の七味焼き 厚揚げの含め煮 清汁 漬物	米飯 シルバーのピカタ もやしのナムル 味噌汁 漬物	米飯 ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のゆかり焼き 冬瓜のそぼろ煮 清汁 漬物	米飯 お好み焼き ほうれん草のﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 和え 味噌汁 漬物		
3時	カステラ 紅茶	紅茶ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｺｰﾋｰ	マフィン ｺｰﾋｰ	今川焼き(ｸﾘｰﾑ) 紅茶	焼きﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｺｰﾋｰ	ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	いちごムース ｺｰﾋｰ		
朝食	26	27	28	29	30	31			
朝食	はちみつブンブン フロッキーサラダ 牛乳	ミルクツイスト しる菜の煮浸し 牛乳	チョコカスター 白菜の和え物 牛乳	シュガーバターコーペ 大根の含め煮 牛乳	ホワイトミルク 菜の花の和え物 牛乳	黒糖ロールパン ポテトサラダ 牛乳	<b>本年もどうぞ よろしくお願 いいたします</b>  		
昼食	<b>*お誕生会*</b> エビヒラフ ロールキャベツ 春雨サラダ フルーツミックス 豆乳チャウダー	米飯 豚肉と厚揚げの香味焼き 大根の甘酢和え パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 豆腐ハンバーグ チンゲン菜の中華和え マンゴー缶 清汁 ふりかけ	米飯 ゆかりご飯 五目うどん ｶﾌﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のﾏﾖ和え みかん缶	米飯 たらこの照り焼き がんもの含め煮 パイナップル缶 味噌汁 ふりかけ	米飯 牛肉のスタミナ焼き ﾌ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ のﾄﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 和え 白桃缶 清汁 ふりかけ			
夕食	米飯 アンの幽庵焼き 菜の花のからし酢味噌和え 味噌汁 漬物	米飯 鶏肉の胡麻だれ焼き ひじき煮付け 味噌汁 漬物	米飯 ホキの有馬煮 キャベツの和え物 味噌汁 漬物	米飯 ぶりの味噌煮(西京そ仕立て) 小松菜のゆず和え 清汁 漬物	米飯 肉団子と野菜のスープ煮 もやしの胡麻和え 味噌汁 漬物	米飯 ｼﾙﾊﾞｰ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ の吉野煮 小松菜のくるみお和え 味噌汁 漬物			
3時	<b>お誕生会</b> 紅茶	味噌まんじゅう お茶	ｶｽﾀｰ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ｺｰﾋｰ	黒糖ｸﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ ﾏﾞ 紅茶	マフィン(チョコ) ｺｰﾋｰ				

※献立はやむを得ず変更することがあります。予めご了承下さい。

