



# 献立表

後期食  
2022年 01月

日	曜	午 前	午 後
1	土	お正月休み	
2	日	お正月休み	
3	月	お正月休み	
4	火	お粥 肉じゃが みそ汁 (豚肉)	お粥 野菜のそぼろあん みそ汁 (鶏肉)
5	水	お粥 鶏肉とサツマイモのうま煮 みそ汁 (魚)	お粥 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁 (豚肉)
6	木	チキンンドリア 温野菜 キャベツスープ (鶏肉・チーズ)	お粥 豆腐の卵とじ みそ汁 (豆腐)
7	金	お粥 野菜の白和え みそ汁 (豆腐)	お粥 ハンバーグ 温野菜 みそ汁 (豚肉)
8	土	お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁 (鶏肉)	チーズ粥 野菜の煮物 みそ汁 (チーズ)
9	日		
10	月	成人の日	
11	火	お粥 ほうれん草のお浸し 豚汁 (豚肉)	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁 (魚)
12	水	お粥 炒り豆腐 みそ汁 (豆腐)	お粥 つくね焼き みそ汁 (鶏肉)
13	木	お粥 白身魚のムニエル 温野菜 ほうれん草スープ (魚)	お粥 豚肉と野菜の味噌煮 すまし汁 (豚肉)
14	金	お粥 親子煮 みそ汁 (鶏肉)	お粥 ポテトのチーズ焼き 温野菜 かぶスープ (チーズ)
15	土	お粥 豚肉と野菜のうま煮 みそ汁 (豚肉)	鶏雑炊 サツマイモ煮 (鶏肉)
16	日		
17	月	お粥 カレイの煮つけ みそ汁 (魚)	お粥 豆腐ソテー 温野菜 オニオンスープ (豆腐)
18	火	お粥 肉じゃが みそ汁 (豚肉)	お粥 野菜のそぼろあん みそ汁 (鶏肉)
19	水	お粥 カレイの塩焼き みそ汁 (魚)	お粥 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁 (豚肉)
20	木	チキンンドリア 温野菜 キャベツスープ (鶏肉・チーズ)	お粥 豆腐の卵とじ みそ汁 (豆腐)
21	金	お粥 ほうれん草の白和え みそ汁 (豆腐)	お粥 ハンバーグ 温野菜 みそ汁 (豚肉)
22	土	お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁 (鶏肉)	チーズ粥 野菜の煮物 みそ汁 (チーズ)
23	日		
24	月	お粥 白身魚の照り焼き みそ汁 (魚)	お粥 麻婆豆腐 人参スープ (豚肉・豆腐)
25	火	お粥 ほうれん草のお浸し 豚汁 (豚肉)	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁 (魚)
26	水	お粥 炒り豆腐 みそ汁 (豆腐)	お粥 つくね焼き みそ汁 (鶏肉)
27	木	お粥 白身魚のムニエル 温野菜 ほうれん草スープ (魚)	お粥 豚肉と野菜の味噌煮 すまし汁 (豚肉)
28	金	お粥 親子煮 みそ汁 (鶏肉)	お粥 ポテトのチーズ焼き 温野菜 かぶスープ (チーズ)
29	土	お粥 豚肉と野菜のうま煮 みそ汁 (豚肉)	鶏雑炊 サツマイモ煮 (鶏肉)
30	日		
31	月	お粥 カレイの煮つけ みそ汁 (魚)	お粥 豆腐ソテー 温野菜 オニオンスープ (豆腐)