様式F106

ミルキーホーム四街道園(一般)

2019年01月分の献立

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1	2	3	4 牛乳	5
昼食					チキンカレーライス、スープ、茶碗蒸し	ソース焼きそば、おくらスープ（卵）、みかん
午後					牛乳、マカロニきな粉	牛乳、いちごジャムパン
午前	7 牛乳	8 牛乳	9 牛乳	10 牛乳	11 牛乳	12
昼食	鶏肉の照り焼き丼、みそ汁、キャベツの甘酢あえ、がんも煮	わかめ御飯、みそ汁、たらのトマト煮、ほうれん草のソテー、りんご	みそ煮込みうどん、切干し大根のサラダ、オレンジ、しゅまい	御飯、スープ、マーボー豆腐、さつま芋のサラダ、みかん	ひじきの御飯、みそ汁、かじきの竜田揚げ、りんご、キャベツサラダ	御飯、クリームシチュー（コーン）、ツナサラダ、バナナ
午後	牛乳、七草がゆ	牛乳、おからドーナツ	牛乳、ツナマヨおにぎり	牛乳、クロックムッシュ	牛乳、ビーフン	牛乳、昆布おにぎり
午前	14	15 牛乳	16 牛乳	17 牛乳	18 牛乳	19
昼食		御飯、みそ汁、豚肉のしょうが焼き、ひじきと人参のサラダ、切干し大根の旨煮、りんご	御飯、ドライカレー、かぶのスープ、もりもりキャベツサラダ	御飯、中華スープ（春雨）、厚揚げのみそ炒め、きゅうりの昆布あえ	御飯、みそ汁、さわらのごま照り焼き、ビーフンと野菜のソテー、かぼちゃの甘煮、みかん	ラーメン（豚肉・キャベツ）、ポパイサラダ、みかん
午後		牛乳、ココアスコーン	牛乳、ピザトースト	牛乳、手づくりナゲット	牛乳、クッキー・セサミ	牛乳、のりサンド
午前	21 牛乳	22 牛乳	23 牛乳	24 牛乳	25 牛乳	26
昼食	御飯、みそ汁、すき焼き風煮物、ブロッコリーと人参のおかか和え、ミニトマト	御飯、みそ汁、かじきの煮つけ、ほうれん草の白あえ、たこさんウインナー	ゆかり御飯、すまし汁、おからハンバーグ、キャベツとりんごのサラダ、粉ふき芋	御飯、いわしのつみれ汁、松風焼き、ほうれん草としめじのソテー	中華どんぶり、はんぺんとチンゲン菜のすまし汁、春雨サラダ、みかん	親子うどん、トマト
午後	牛乳、納豆炒飯	牛乳、ピザまん	牛乳、野菜パンケーキ	牛乳、じゃこおにぎり	牛乳、チーズケーキ	牛乳、マカロニきな粉
午前	28 牛乳	29 牛乳	30 牛乳	31 牛乳		
昼食	御飯、じゃこふりかけ、みそ汁、炒り豆腐、さつま芋ときゅうりの酢の物	納豆ご飯、みそ汁、鮭ときのこのホイル焼き、ほうれん草とコーンのマヨあえ、ミニトマト	御飯、トマトスープ、肉団子の酢豚風、きゅうりとかぶの土佐あえ、りんご	ちゃんぽんうどん、ふわふわがんも、わかめのサラダ		
午後	牛乳、チヂミ	牛乳、コーンパン	牛乳、きな粉ポテト	牛乳、卵チャーハン		