

## 令和7年1月献立表（夕食） 彩菜ランチ0978-69-0005 秀溪園0978-69-0101

令和7年1月6日(月)	令和7年1月7日(火)	令和7年1月8日(水)	令和7年1月9日(木)	令和7年1月10日(金)
魚のフライ 中華風マカロニサラダ かぼちゃの煮物 きのこベーコンのマリネ 昆布のしょうゆ煮	コロッケ 酢の物 人参とたらこのいり煮 ちくわのいり煮 スクランブルエッグ	魚の竜田揚げ 大根ごまサラダ 白菜とベーコンの洋風炒め いんげんのくたくた煮 いり豆腐	肉じゃが ハムともやしのマヨ炒め 厚揚げのそぼろ煮 ねぎの酢味噌あえ きゅうりとえのきのワサビあえ	魚の照り焼き マカロニサラダ しめじとチンゲン菜の卵炒め ひじきの三色ナムル おひたし
令和7年1月13日(月)	令和7年1月14日(火)	令和7年1月15日(水)	令和7年1月16日(木)	令和7年1月17日(金)
成人の日	白ご飯 あじのしそ巻き天ぷら 伴三糸 えのきとしめじのおろしあえ ちくわと人参の青のり炒め カニ玉	白ご飯 豆腐ステーキ五目あんかけ きゃべつとささみのみそマヨあえ 酢の物 ちくわの卵とじ 切干大根のごまあえ	白ご飯 いかと大根の煮物 スイートサラダ かぼちゃのそぼろ煮 じゃが芋と人参のベーコン煮 卵の袋煮	白ご飯 肉とうふ かにかまと青菜の三色あえ 切り干し大根の炒り煮 小松菜のおろしあえ 煮豆
令和7年1月20日(月)	令和7年1月21日(火)	令和7年1月22日(水)	令和7年1月23日(木)	令和7年1月24日(金)
白ご飯 鮭の中華風照り煮 きゅうりとかにかまごま酢あえ さつま芋のレモン煮 キャベツとツナの玉子炒め 小松菜と油揚げのさっと煮	白ご飯 鶏肉の竜田揚げ きゃべつと人参の和風サラダ ちくわのからしマヨあえ ツナとにらのナムル スクランブルエッグ	白ご飯 魚のごま焼き キャベツとちくわのみそマヨあえ ささみと油揚げの酢の物 卵の花煮 大根のツナ煮	白ご飯 鶏肉のみぞれ煮 ツナのコールスロー 切り干しマヨサラダ 白和え 厚揚げのオイスターソース炒め	白ご飯 鮭のムニエル コールスローサラダ 春雨の酢の物 白菜のツナたま炒め ごま和え
令和7年1月27日(月)	令和7年1月28日(火)	令和7年1月29日(水)	令和7年1月30日(木)	令和7年1月31日(金)
白ご飯 メンチカツ ツナサラダ 大根なます 人参しりしり 切り干し大根の炒り煮	白ご飯 魚の煮付け 高野とうふの甘辛煮 ハムともやしの卵炒め 大学芋 豆腐ときのこのうま煮	白ご飯 白菜と鶏肉のクリーム煮 ポテトサラダ ひじきと人参のごまあえ きのこベーコンのマリネ ふろふき大根	白ご飯 魚の塩焼き 人参とひき肉の香味炒め 刻み昆布と厚揚げの煮物 いり鶏 えのきとしめじのおろしあえ	白ご飯 鶏肉のピカタ 春雨のサラダ かぼちゃの煮物 ナムル 煮豆

※お米は、武蔵町産特別栽培米（化学合成農薬50%以下）を使用しています。食材の都合により献立の内容が変わることがあります。