

令和8年 1 月分

献立表（昼食）



日	曜日	メ ニ ュ ー	お や つ
1	木	休苑日	どら焼き
2	金	松茸ごはん、かに信田巻き、湯葉と昆布の彩り和え、デザート、	カスタードケーキ
3	土	鯛めし、甘海老饅頭、黒豆、デザート、	バームクーヘン
4	日	休苑日	
5	月	御飯、ぶた肉じゃが、吸物、ほうれん草の梅おかか和え、	野菜生活
6	火	ほうれん草と大根の冬カレー、みかんヨーグルト、サラダ、福神漬、	ワッフル
7	水	七草粥、スズキの塩焼き、豚汁、和風ポテトサラダ、★七草★	ストロベリータルト
8	木	御飯、メバルの山椒煮、そうめん汁、せりのごまポン酢和え、	りんごジュース
9	金	御飯、鶏の青じそ炒め、卵のコンソメスープ、焼き茄子のサラダ、	ととやき
10	土	めんたいバターチャーハン、あさりスープ、深山和え、ヨーグルト、◆明太子の日◆	もみじ饅頭
11	日	休苑日	
12	月	せり御飯、味噌つくね焼き、吸物、サラダ、	黒糖饅頭
13	火	御飯、太刀魚のごまポン酢焼き、味噌汁、山芋の白煮、	バームクーヘン
14	水	フレンチトースト、ブラウンシチュー、トマトサラダ、	赤ぶどうジュース
15	木	小豆粥、牛かぼちゃ、吸物、酢味噌和え、★小正月★	どら焼き
16	金	御飯、煮魚、鶏と根菜の味噌汁、かぶの甘酢漬け、	カエデの実

日	曜日	メ ニ ュ ー	お や つ
17	土	御飯、鮭の黄金焼き、かぶのコンソメスープ、サラダ、	カスタードケーキ
18	日	休苑日	ジョア
19	月	御飯、赤魚のタレ焼き、吸物、厚揚げの高菜炒め、	プリンタルト
20	火	牛丼、あおさの吸物、サラダ、	気になる野菜
21	水	御飯、鶏肉の柚子おろし煮、レタススープ、さつまいもサラダ、	バームクーヘン
22	木	ちゃんぽん、餃子、フルーツ杏仁、	スイートポテト
23	金	御飯、チーズハンバーグ、カリフラワーのポタージュ、サラダ、	ラブレ
24	土	御飯、塩サバ、れんこんのすり流し汁、甘酢生姜和え、	もみじ饅頭
25	日	休苑日	
26	月	御飯、赤魚のおろし煮、吸物、浅漬け、	野菜生活
27	火	御飯、かぼちゃコロッケ、中華スープ、オクラサラダ、	クリームコンフェ
28	水	えびとトマトのカレー、サラダ、フルーツヨーグルト、福神漬、	原宿ドッグ
29	木	サンドイッチ、ミネストローネ、空豆のサラダ、	ミルージュ
30	金	御飯、鮭のクリーム煮、たまごスープ、サラダ、	ととやき
31	土	御飯、麻婆豆腐、生姜スープ、ザーサイ和え、	ワッフル



しらさぎ苑デイケア