



1月の金谷まるめろメニュー



						1(日)	
							元旦
2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)	
御飯 タラ汁 黒ムツの塩焼き 若竹煮 栗きんとん・赤かぶ漬 アセロラゼリー	鮭ハラコ飯 お吸い物(手まりふ、みつ葉) 鶏じゃが 揚茄子のピーマンのおろしがけ つぼ漬け 黄桃缶	御飯 味噌汁(大根・絹サヤ) 海老カツ 三色いなりの煮物 スパゲティサラダ	御飯 味噌汁(絹サヤ・椎茸) 鯖の生姜煮 キャベツと挽肉の炒め物 アスパラマヨ和え	とろろそば 南瓜の甘煮 赤かぶ漬 林檎ゼリー	七草粥 お吸い物(ハクペン、みつ葉) 鮭のみそマヨネーズ焼 筑前煮 べったら漬 フルーツ(みかん)	御飯 味噌汁(里芋・三つ葉) 黒目鯛の照り焼き 卵豆腐の山路あん たこの酢の物	
9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)	
海老フライカレー 福神漬 大根サラダ フルーツヨーグルト	御飯 ふのり汁 豚角煮 ひじきの煮物 野菜のくるみ和え	御飯 味噌汁(卵・三ツ葉) 赤魚の煮付け さつま芋の煮物 えのきクラゲの生姜和え	パン パンプキンスープ 海老グラタン いかのマリネ フルーツポンチ ヤクルト	御飯 味噌汁(あおさ海苔・三ツ葉) タラの野菜あん 里芋の煮物 きのこのおぼろ和え	御飯 味噌汁(絹サヤ・椎茸) ハーブチキン 帆立の含め煮 フルーツヨーグルト	赤飯 けの汁 鯖塩麹漬焼 茶碗蒸し 胡瓜漬け フルーツ(みかん)	
16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)	
御飯 味噌汁(エノキ・油揚げ) アジの煮付け ふきの含め煮 いかの酢味噌和え	御飯 味噌汁(じゃが芋、絹さや) ブリの照り焼き ミニおでん 春雨の酢の物	きつねうどん レンコンのそぼろ煮 白菜漬 フルーツ(バナナ)	御飯 味噌汁(サツマイモ・万能ネギ) ほっけの西京焼 生揚げ含め煮 帆立の酢味噌	御飯 ふのり汁 豚肉の山椒だれ 人参の子和え 湯葉と昆布の和え物	かつ丼 お吸い物(あおさ、ネギ) きのこのおぼろ和え かぶ漬け 梅ゼリー	パン コーンクリームスープ 海老カツ ゴボウサラダ ソフールヨーグルト	
23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)	
御飯 味噌汁(里芋・インゲン) 赤魚の塩焼 白菜と挽肉の炒め煮 なめ茸とレタスのサラダ	シーフードカレー 福神漬 鶏つくね コーンサラダ 杏仁フルーツ	御飯 味噌汁(岩海苔・三ツ葉) 黒ムツの塩焼き 高野豆腐の煮物 マカロニサラダ	御飯 なめこ汁(ネギ) 豚肉の生姜焼き がんも含め煮 大根柚子漬	塩ラーメン やわらかシューマイ べったら漬 ラ・フランスゼリー	御飯 味噌汁(ワカメ) 金目鯛のおろし煮 エビケチャップ炒め 白菜の梅肉和え 黄桃缶	御飯 味噌汁(カブ・絹サヤ) ほっけ漬け焼 ふきの含め煮 アスパラ土佐和え	
30(月)	31(火)						
かきあげ丼 味噌汁(板ふ・絹さや) ふろふき大根 野沢菜漬 マスカットゼリー	御飯 味噌汁(じゃが芋・ネギ) つぼだい塩焼き 麻婆春雨 かぶの生姜和え						

* 都合により献立を変更することがあります。