

ひつけ 日付	12月31日 (日)	1月1日 (月)	1月2日 (火)	1月3日 (水)	1月4日 (木)	1月5日 (金)	1月6日 (土)
あさ 朝	<p>食パン マーメイドジャム パンプキンサラサラ くだもの (パイナップル) 牛乳</p> 	<p>菓子パン ポテトサラダ 牛乳</p> <p>謹賀新年</p> 	<p>食パン チョコクリーム マカロニサラダ ジュリアンスープ 牛乳</p>	<p>米飯 厚焼き玉子 ピーマンのじゃこ炒め 味噌汁 (オクラ) ふりかけ (のりごま) 牛乳</p>	<p>バターロールパン おからサラダ くだもの (黄桃缶) 牛乳</p>	<p>米飯 茄子の オイスター炒め 法蓮草と桜エビの和物 味噌汁 (巻き麩) 海苔の佃煮 牛乳</p>	<p>食パン ピーナッツマーガリン スパゲティサラダ ポークビーンズ 牛乳</p>
ひる 昼	<p>いなり寿司 年越しそば キャベツの チーズおかか和え マロンプリン</p> 	<p>赤飯 エビつや煮・紅白なます 伊達巻・数の子・黒豆 かまぼこ・栗きんとん 鮭の西京焼き 茶碗蒸し ケーキ</p>	<p>米飯 さばの辛味焼き 菜の花の炒め物 鶏肉と大根の煮物 味噌汁 (茄子) ふりかけ (野菜)</p>	<p>ハヤシライス アスパラとハムの サラダ フルーツヨーグルト</p> 	<p>菜飯 チキンラーメン 春巻き 抹茶のババロア</p>	<p>米飯 チキンカチャトーラ ブロッコリー 切干大根のサラダ オニオンスープ ふりかけ (たまご)</p>	<p>米飯 鮭のムニエル (みぞれかけ) きのこ ヤングコーンのソテー 白菜と塩昆布のごま和え 味噌汁 (キャベツ)</p>
ゆう 夕	<p>米飯 白身魚のタルタル焼き 付) スナップエンドウ のソテー 春雨のサラダ 味噌汁 (じゃが芋) ふりかけ (たまご)</p>	<p>米飯 がめ煮 白和え 清まし汁 野沢菜漬け</p> 	<p>米飯 クリームシチュー カリカリじゃこサラダ りんごゼリー</p> 	<p>米飯 豚肉の生炒め かぼちゃの コロコロサラダ 味噌汁 (ほうれん草) ふりかけ (かつお)</p>	<p>米飯 カレーのピリ辛照り煮 付) カブの煮物 小松菜と竹輪の和え物 味噌汁 (里芋) ふりかけ (たらこ)</p>	<p>米飯 ミックスフライ 付) 干切りキャベツ 山芋とめかぶの和え物 かきたまスープ</p>	<p>米飯 松風焼き 付) たけのこの バターソテー ツナじゃが 清まし汁 (はんぺん) 高菜漬け</p> 
せいぶん 成分	<p>エネルギー 1915 kcal たんぱく質 65.0 g 脂質 59.6 g 塩分 8.7 g</p>	<p>エネルギー 1915 kcal たんぱく質 72.2 g 脂質 35.1 g 塩分 6.5 g</p>	<p>エネルギー 1755 kcal たんぱく質 73.8 g 脂質 55.4 g 塩分 8.4 g</p>	<p>エネルギー 1865 kcal たんぱく質 73.0 g 脂質 66.7 g 塩分 7.2 g</p>	<p>エネルギー 1685 kcal たんぱく質 65.3 g 脂質 43.1 g 塩分 6.7 g</p>	<p>エネルギー 1787 kcal たんぱく質 66.8 g 脂質 52.1 g 塩分 9.2 g</p>	<p>エネルギー 1848 kcal たんぱく質 80.5 g 脂質 60.7 g 塩分 9.2 g</p>

◎材料の都合により、一部献立の内容が変わることがあります。