



# 1月献立予定表(夕)



日	月	火	水	木	金	土
	1 大根と鶏肉の旨煮 ビーフン炒め	2 ぶり大根 豆腐と春雨の旨煮	3 柔らか豚の生姜焼き さつま揚げと牛蒡の金平	4 カレーの煮付け みかん入りなます	5 豚肉とアスパラの 豆鼓炒め 筍と玉子の中華風炒め	6 イワシのやわらか煮 チンゲン菜と豚肉の炒め
7 チキンステーキ 照焼ソース はんぺんと野菜の田舎煮	8 さば塩焼き 海老入りしゅうまい	9 豚肉と 3種の野菜塩炒め がんもとインゲンの煮物	10 あぶらカレーの照煮 さつまいも甘露煮	11 牛肉と小松菜の炒め物 ハムと玉葱の玉子とじ	12 アジの南蛮漬け 青菜と豆腐のとろみ煮	13 チンジャオロース 大根のかに風味あん
14 マスのクリームソース じゃが芋のそぼろあんかけ	15 鶏モモの唐揚げ 煮豆	16 マスの塩焼き じゃが芋と椎茸の煮物	17 肉じゃが 枝豆シュウマイ	18 白身魚の白醤油焼き ふきと油揚げの煮物	19 おでん 白菜と豚肉の炊き合わせ	20 イワシの生姜煮 治部煮風
21 たまごてコロッケ チャプチェ	22 タラの甘酢あん レバニラ炒め	23 春雨と豚肉の 醤油炒め さつま揚げと白菜の煮浸し	24 イワシの甘露煮 若布とカニカマの中華サラダ	25 鶏つくねと大根の煮物 牛肉とごぼうのしぐれ煮	26 鮭の塩焼き さつま芋の甘煮	27 豆腐と豚肉の スタミナ炒め カレーコロッケ
28 牛肉と豆腐の卵とじ 切干大根とベーコンのスープ煮	29 牛肉とごぼうの柳川風 野菜と麩の含め煮	30 タラ中華風味噌だれ 豆腐のチャンプルー	31 鶏肉の クリームシチュー 具沢山コンソメ煮			

※献立予定は予告なく変更させて頂く場合がございます