



食事メニュー

2019年1月

ぶらむの里

日	月	火	水	木	金	土	
1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	
おせち 赤魚塩焼き 伊達巻 鮭の昆布巻 カモロースト テリーヌ 紅白なます 黒豆 花麩のすまし汁 *パウンドケーキ	おせち 高野豆腐の肉詰めと煮しめ 昆布巻きと酢ごぼう 蕪の千枚漬 えのきの味噌汁	おせち ごまめ 数の子 栗きんとん 巻麩のすまし汁 *ティラミスケーキ	おせち 鶏チャーシュー 玉子の味噌汁	おせち 花麩の味噌汁 *蒸しパン	カレーの塩焼き 鶏チャーシュー・生野菜 栗きんとん かまぼことわかめのすまし汁	チキンソテーおろしソース・生野菜 トマトと玉ねぎのサラダ 桜漬け 蕪の味噌汁	カレーのフリッター・生野菜 エリンギとほうれん草のバターソテー キャベツの漬物 ワンタンの中華スープ
8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	
とんかつ・生野菜 玉子焼き 桜漬け 大根のすまし汁	焼き鳥・生野菜 大根とわかめの酢の物 キャベツのおかか和え ミニうどん	シュウマイ・生野菜 ブロッコリーのきんぴら 菜の花おかかしょうゆ和え ちくわの味噌汁	豚肉・厚揚げ・玉ねぎの炒め物 南瓜の煮物 大根とキャベツの味噌汁 パイナップル	鶏のハニーマスタード焼き・生野菜 大根の梅おかか煮 さつまいもの味噌汁 みかん	豆腐ステーキ・生野菜 竹の子のわかめ煮 大根漬け かぶのすまし汁	鶏胸肉のマヨネーズしっとり焼き・ 生野菜 白菜と小松菜のおかか 和え 黒豆煮 厚揚げの中華 スープ	
15日	16日	17日	18日	19日	20日	21日	
塩麩漬けポークステーキ・生野菜 根菜とごぼう天の煮物 ゴマ昆布佃煮 白菜の味噌汁 *豆乳プリン	グラタン 白身魚とビーンズのトマト煮 サラダ オニオンコンソメスープ	カレーのフリッターみそトマトソース かけ・生野菜 大根とちくわの煮物 白菜の漬物 ワンタンの中華スープ	照り焼きチキン野菜炒め きんぴらごぼう 白菜漬け 花麩の味噌汁	白身魚の香草チーズ焼き・生野菜 もやしのナムル 大根漬け 玉ねぎのコンソメスープ	揚げ焼売の野菜あんかけ・生野菜 ひじき入り五目豆煮 水菜の漬物 キャベツの味噌汁	チヂミ・生野菜 ささみキャベツの胡麻和え 白菜の味噌汁 オレンジ	根菜の煮物 ブロッコリーのガーリック炒め 白花豆の煮もの うすあげの味噌汁
22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	
豚の角煮 白菜の胡麻和え 水菜と人参のお浸し 巻麩の味噌汁 *プリン	豚の角煮 白菜の胡麻和え 水菜と人参のお浸し 巻麩の味噌汁	豚のミートソース和え・生野菜 白菜のお浸し 水菜の漬物 天かすのすまし汁	焼きそば おにぎり 白菜の中華とろみあん 玉子の味噌汁	鮭の味噌マヨ焼き・生野菜 スパゲティミートソース 菜の花からし醤油 大根の味噌汁	イワシフライ・生野菜 キノコのマリネ 鮭・玉ねぎの味噌汁 パイナップル	親子丼 京水菜と薄あげの煮びたし はやと瓜の漬物 たけのこの味噌汁	
29日	30日	31日					
カレーライス サラダ たけのこのきんぴら 大根の味噌汁 *豆のケーキ	豚肉入り煮豆・生野菜 しろなのツナ和え しば漬け 玉子のすまし汁	にゅうめん おにぎり(炊き込みご飯) キャベツと塩昆布のさっと和え	厚揚げと豚バラ炒め・生野菜 竹の子の土佐煮 巻麩の味噌汁 オレンジ				
白身魚のフライ 切り干し大根 キャベツの味噌汁 オレンジ *ロールケーキ	鶏つくねと大根の煮物 ポテトのチーズ焼き 菜の花のおかか和え 巻麩のすまし汁						