

2026年1月 月間献立予定

曜日	月	火	水	木	金	土	
	29	30	31	1	2	3	
年末年始休業 12月27日(土)～1月4日(日) 							
1月	5	6	7	8	9	10	
	ご飯＆味噌汁 トマト肉じゃが 白菜おかかマヨサラダ レモン大根	ランチお休み	ご飯＆味噌汁 もやしつくね さつま芋と人参のきんぴら 大根のパリパリ漬け	ご飯＆味噌汁 ガーリックレモンチキン 法蓮草とゆで卵のサラダ 味噌じゃがバター	ご飯＆味噌汁 甘辛野菜そぼろ炒め つきこんのごま和え さつまいものヨーグルトサラダ	休館日	
	12	13	14	15	16	17	
	成人の日	ランチお休み	ご飯＆味噌汁 和風豆腐ハンバーグ 白菜の卵とじ じやが芋と人参のサラダ	ご飯＆味噌汁 袋煮 白滝ときのこのきんぴら 人参隠元胡麻和え	ご飯＆味噌汁 白菜と肉団子のバター醤油煮 れんこんのマヨカレーサラダ 大根ときゅうりの塩昆布和え	休館日	
	19	20	21	22	23	24	
ご飯＆味噌汁 高野豆腐射込み煮 切干大根とわかめのサラダ 小松菜シメジおかか和え	ランチお休み	ご飯＆味噌汁 鯖と冬野菜のあんかけ 大根と油揚げのきんぴら もやしの中華サラダ	ご飯＆味噌汁 塩マーボー大根 白菜とわかめのサラダ サツマイモ黄な粉和え	ご飯＆味噌汁 豚チーズピカタ 玉ねぎと鶏そぼろ煮 大根の甘酢あえ	休館日		
26	27	28	29	30	31		
ご飯＆味噌汁 塩昆布チーズつくね ゆずみそ大根 人参とゆで卵のサラダ	ランチお休み	ご飯＆味噌汁 キャベツのシュウマイ 揚げだし長芋 切り干し大根のサラダ	ご飯＆味噌汁 ヤンニョムチキン 南瓜ときなこのサラダ 五目豆	ご飯＆味噌汁 じやがいもと厚揚げのとろとろ煮 にんじんしりしり 白菜のコールスロー	休館日		

