

期間：2026年01月 食種：★病院常食

献立表

※都合により内容が変更になる場合があります

	日	月	火	水	木 1日	金 2日	土 3日
朝食	～今月の行事食～ ★1月1日  お正月 朝：お雑煮、赤魚の粕漬け焼き、木の葉南瓜、黒豆 昼：天ぷら(えび、かにかま、さつまいも)、白和え、清汁、やわらか大福				ごはん100g お雑煮 赤魚の粕漬焼き 木の葉南瓜 黒豆	ごはん100g お雑煮 金目鯛の西京焼き(小) やわらか蒲鉾(ササガ) いもあん	ごはん 味噌汁(なす玉葱) がんも煮付・がんも 法蓮草と鮭の和え物 ★牛乳
昼食	★1月2日  お正月 朝：お雑煮、金目鯛の西京焼き、やわらかかまぼこ、芋あん 昼：ちらし寿司、チキンフリッター、炊合わせ、清まし汁、水ようかん				赤飯 天ぷら(ヒレ) かにかま天 さつま芋天ぷら 白和え	ちらし寿司 チキンフリッター リーソ大根おろし 炊き合わせ(花形豆 清汁(にゅうめん)	ごはん 白身フライ 厚揚げのフリッター 味噌汁(玉葱おつゆ麴) デザート(三色豆)
夕食	★1月7日  七草の節句  七草粥  ★1月11日  鏡開き  ぜんざい  お雑煮には柔らかいおもち風ムースを使用しています				ごはん やわらか筑前煮 揚げだし豆腐 青菜の和え物(シラス)	ごはん 赤魚の幽庵焼き ふんわり洋風卵とし 大根なます	ごはん 鶏のクリーム煮 やわらか蓮根金平 キャベツの生姜ドレシ和え
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
朝食	クロワッサン コーンスープ ウィンナー カリフラワーの明太和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(厚揚げ玉葱) 白菜と豚肉の炒め煮 ブロッコリーのとろ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉玉葱) 高野豆腐とサツマ揚げ煮 キャベツとかにかま和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(大根麴) 目玉焼き 青菜の辛子マヨ醤油 ★牛乳	ごはん 味噌汁(高野豆腐玉葱) ふんわりかに玉 法蓮草のお浸し(シラス) ★牛乳	ごはん 味噌汁(大根揚げ) 五目豆腐の煮付 茄子の辛子ポン酢和 ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐人参) おくら(トマトミート) 白菜のドレッシング 和え ★牛乳
昼食	ごはん 麻婆茄子 高野豆腐の卵とし 清汁(白菜揚げ) 栄養強化ゼリー(ヒレフィッシュ)	牛丼 具)牛丼 南瓜の煮物 味噌汁(キャベツ人参) デザート(洋梨缶)	ごはん 豚肉と大根の甘辛煮 春菊のチーズ和え 味噌汁(なす揚げ) デザート(黄桃缶)	七草粥 ぶりの煮付け ひじきの炒め煮 味噌汁(法蓮草キャベツ) デザート(サツマ芋甘煮)	ごはん 赤魚のごま焼き カリフラワー生姜ドレシ和え 清汁(厚揚げ白菜) デザート(フルーツ缶)	親子丼 ヒレソの炒め煮(改良) 味噌汁(法蓮草玉葱) 栄養強化ゼリー(アロウ)	ごはん えびかつ 大根と厚揚げの生姜煮 味噌汁(鶏肉玉葱) デザート(水ようかん)
夕食	ごはん 鶏肉の味噌炒め 大根とかにかまの和風煮 さつまいもサラダ	ごはん あじの煮付け 肉団子(トマトソース) おくら草ナポリ(鶏がら)	ごはん さばの生姜煮 じゃが芋の肉味噌煮 わかめの酢の物	ごはん チキンカツ パセとそら豆の甘辛 白菜の中華和え	ごはん 肉団子のキャベツ煮 やわらか蓮根と鶏肉 大根のじゃこ和え	ごはん さばの煮付け さつま芋の煮物 コールスローサラダ	ごはん ポークビーンズ 鶏と里芋の煮物 カリフラワー酢味噌和え(蟹)
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
朝食	ごはん 味噌汁(厚揚げ人参) 揚げなすの煮浸し 春菊の練りマ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉玉葱) 高野豆腐と野菜煮 ほうれん草の錦糸和 ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす玉葱) がんも煮付・がんも キャベツと卵の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(白菜揚げ) 厚揚げの香味漬け 春菊のお浸し ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす人参) ウィンナー ブロッコリー練マ和え ★牛乳	ごはん 味噌(厚揚げ玉葱) 卵焼き とろろ風 ★牛乳	ごはん 味噌汁(法蓮草豆腐) 目玉焼き キャベツのドレシ和え ★牛乳
昼食	ごはん 鶏肉の中華あん ふんわり卵とし ぜんざい デザート(ヨーグルト)	ごはん100g 担々麺風 ミニコロッケ 栄養強化ゼリー(フルーツ)	ごはん 目玉焼きハンバーグ 白菜のクリーム煮 コンソメスープ(法蓮草玉葱) デザート(サツマ芋甘煮)	ごはん にしんの照り煮 えびつみれの煮物 味噌汁(豆腐玉葱) りんごのデザート	ごはん とり天 マカロニサラダ 味噌汁(高野豆腐麴) デザート(三色豆)	ごはん おからの香味焼き(花椒) 南瓜のそぼろ煮 清汁(鶏肉大根) デザート(水ようかん)	キーマカレー 福神漬け グリンパンのサラダジュレ 野菜ポタージュ デザート(ヨーグルト)
夕食	ごはん 白身魚の加熱風味 マカロニカレー風 ブロッコリーとかにかま和え	ごはん さわらの黒酢煮 煮奴 大根の明太サラダ	ごはん 白身魚の甘酢あん やわらかごぼうの旨 豆サラダ	ごはん 豚じゃが 玉子と豆腐のしんじ 三色ビートの中華風マ	ごはん 赤魚の白ワイン煮 法蓮草と卵ソテー 彩り野菜のトマトソース 和え	ごはん ホイコーロー 里芋の煮物 わかめとかにかまの酢の	ごはん 赤魚の煮付け 茄子の味噌だれかけ さつまいもサラダ
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
朝食	ごはん 味噌汁(玉葱揚げ) 肉団子(ゆずおろし) 青菜の和え物(シラス) ★牛乳	ごはん 味噌汁(高野豆腐人参) 茄子のそぼろあんか 大根サラダ ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉玉葱) ごた煮 白菜の和え物 ★牛乳	チーズパン コーンスープ おくら(トマトミート) カリフラワーのナットドレシ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす豆腐) ひじきの炒め煮 キャベツと鮭の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(高野豆腐揚げ) やわらか蓮根と鶏肉 わかめと竹輪の和え物 ★牛乳	ごはん 味噌汁(玉葱おつゆ麴) 五目豆腐の煮付 白菜のドレッシング 和え ★牛乳
昼食	ごはん とんかつ ふんわり洋風卵とし 味噌汁(大根人参) デザート(サツマ芋甘煮)	ごはん さばの味噌煮 厚揚げのフリッター 清汁(麴) 栄養強化ゼリー(アロウ)	ごはん チキンフリッター リーソ大根おろし 切昆布と大豆の煮物 味噌汁(法蓮草豆腐)	ごはん さわら幽庵焼き 高野豆腐とサツマ揚げ煮 清汁(白菜おつゆ麴) デザート(水ようかん)	ごはん 海鮮風トマトクリーム煮 ささみフライ コンソメスープ(大根人参) 栄養強化ゼリー(フルーツ)	ごはん かれいの加熱風味 炒り卵 味噌汁(厚揚げ大根) ソフトクレープ(苺)	ごはん メバルの西京焼き 茄子とベーコン炒め 清汁(鶏肉人参) デザート(三色豆)
夕食	ごはん ほっけの塩焼き 白菜とはんぺん煮 カリフラワーの明太和え	ごはん 鶏肉の甘酢炒め きのこのんにく炒 法蓮草と鮭の和え物	ごはん かれいの煮付け キャベツと豚の加熱風味 わかめの和え物(ヒレ)ナッツ	ごはん 鶏じゃが やわらか蓮根金平 茄子とツナの和え物	ごはん 豚肉の旨だれ 南瓜の煮物 白菜とかにかまの酢の物	ごはん 麻婆茄子 大豆と豚肉の煮物 法蓮草のお浸し(シラス)	ごはん 豚の生姜焼き 麴と野菜の甘辛煮 キャベツの酢の物
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
朝食	ごはん 味噌汁(厚揚げ玉葱) 目玉焼き 青菜の辛子マヨ醤油 ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐人参) 肉団子(トマトソース) カリフラワーのヒレ和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(なす玉葱) がんも煮付・がんも 山椒ちりめん ★牛乳	ごはん 味噌汁(厚揚げ法蓮草) 鶏と里芋の煮物 茄子の辛子ポン酢和 ★牛乳	ごはん 味噌汁(キャベツ人参) ウィンナー ブロッコリーの加熱和え ★牛乳	ごはん 味噌汁(鶏肉揚げ) 玉子と豆腐のしんじ 春菊のお浸し ★牛乳	ごはん 味噌汁(豆腐人参) おくら(トマトミート) ブロッコリー練マ和え ★牛乳
昼食	ごはん100g うどん たらの一口磯辺揚げ デザート(洋梨缶)	ごはん にしのごま味噌煮 高野豆腐の卵とし 清汁(大根揚げ) デザート(ヨーグルト)	チキンと大豆のカレー 福神漬け 春菊のチーズ和え 野菜ポタージュ デザート(サツマ芋甘煮)	ごはん 豆腐ハンバーグ ふんわりかに玉 味噌汁(玉葱揚げ) デザート(水ようかん)	ごはん さばの生姜煮 煮奴 味噌汁(大根麴) 栄養強化ゼリー(フルーツ)	ごはん レモンチキン やわらか蓮根の味噌煮 清汁(高野豆腐白菜) デザート(黄桃缶)	ごはん ぎょうざ 法蓮草の煮浸し(人参) 味噌汁(なす玉葱) デザート(三色豆)
夕食	ごはん さばの煮付け ピーマンとツナ炒め ひじきの和え物	ごはん なすと豚の甘酢あん パセとそら豆の甘辛 ほうれん草の錦糸和	ごはん 白身魚の煮付け じゃが芋の肉味噌煮 キャベツの生姜ドレシ和え	ごはん 赤魚のごま焼き 竹輪と白蒟蒻の炒り煮 大根の明太サラダ	ごはん チキンカツ さつま芋の煮物 白菜のドレシ和え	ごはん かれいの黒酢煮 揚げなすの煮浸し マカロニサラダ	ごはん あじの煮付け ビーフンの炒め煮 わかめとかにかまの酢の