

# 2023年 1月 献立表 シャロン千里 テイサービス

※事情によりメニューの変更があります。  
ご了承ください。

	火	水	木	金	土
		4	5	6	7
昼食	 <p>あけまして おめでとう</p>	ご飯 鶏のクリームソース煮 ミモザサラダ コンソメスープ フルーツ缶	ご飯 シイラの七味焼き 揚げだし豆腐 みそ汁 フルーツ缶	キーマカレー キャベツサラダ 香の物 フルーツヨーグルト	ご飯 カレイのマスタード焼き 大豆サラダ みそ汁 フルーツ
おやつ		紅白まんじゅう	紅白まんじゅう	一口栗まん・干支せんべい	バームクーヘン・クッキー
	10	11	12	13	14
昼食	ご飯 チキンカツ ごぼうの炒め煮 かきたま汁 ゼリー	チャーハン 麻婆なす 中華スープ フルーツ缶	ご飯 赤魚のもろみ焼き ほうれん草の和え物 すまし汁 フルーツ	ご飯 牛肉のデミソース煮 ポテトソテー 盛り合わせサラダ フルーツ缶	ご飯 さわらのみりん焼き 春雨の炒め物 すまし汁 フルーツ缶
おやつ	一口栗まん・干支せんべい	粒あん最中	カスタードケーキ	チョコレートケーキ	白いうさぎまんじゅう
	17	18	19	20	21
昼食	ご飯 豚肉のピリ辛炒め なすの煮物 みそ汁 フルーツ	ご飯 ロールキャベツ 春雨サラダ コーンスープ フルーツ缶	ご飯 シイラの漬け焼き ちくわの炒め煮 みそ汁 ゼリー	照り焼き丼 ほうれん草のお浸し 赤だし フルーツ缶	ご飯 タラの揚げおろし煮 小松菜の白和え みそ汁 フルーツ
おやつ	白いうさぎまんじゅう	栗蒸し羊羹	バナナバウム	どら焼き	チョコレートケーキ
	24	25	26	27	28
昼食	ご飯 トマトクリームパスタ 卵とブロッコリーのサラダ ゼリー	ご飯 サバの塩焼き ごぼうの甘辛煮 みそ汁 フルーツ缶	ご飯 鶏肉のみそ焼き かぼちゃの煮物 すまし汁 フルーツ缶	ご飯 銀ダラのみりん焼き なすのポン酢和え みそ汁 フルーツ	ロコモコ丼 野菜サラダ コンソメスープ ヨーグルトデザート
おやつ	チョコバームクーヘン	バームクーヘン・クッキー	たまごブッフェ	粒あん最中	オレンジゼリー
	31				
昼食	ご飯 アジのみそ焼き なすのオイスター炒め ほうれん草のナムル 春雨スープ				
おやつ	ドーナツ				