

2026年 1月 献立表



日	26		27		28	29		30	
	月		火		水	木		金	
区分	献立名	食品名	献立名	食品名		献立名	食品名	献立名	食品名
昼食	麻婆豆腐	豆腐・豚ミンチ 玉葱・パプリカ ピーマン・干椎茸 生姜・にんにく	魚の 利休焼き	鰯・白ゴマ・醤油 酒・卵・さつま芋 絹さや	お休み	レバーの 香り揚げ	豚レバー・生姜 細葱	牛肉の オイスターソー ス炒め	牛肉・玉葱 パプリカ・筍・ニラ オイスターソース
	シュウマイ	シュウマイ レタス	刻み昆布 の炒り煮	刻み昆布・人参 蓮根・しらたき グリーンピース		きのこの おから煮	舞茸・エリンギ 人参・蒟蒻 油揚げ・おから	煮豆	金時豆・さつま芋 絹さや
	三色ナムル	ほうれん草・人参 もやし・ツナ缶 白ごま	オクラの おかか和え	オクラ・パプリカ えのき・鰹節		ポテトサラダ	じゃが芋・胡瓜 人参・コーン マヨネーズ	青梗菜の 中華和え	青梗菜 パプリカ・コーン
	ニラ卵 スープ	ニラ・玉葱 人参・卵	あすか汁	豚ミンチ・玉葱 パン粉 大根・牛蒡・人参 牛乳・細葱		野菜スープ	ベーコン・白菜 玉葱・パセリ	中華 スープ	玉葱・人参 しめじ・細葱
	フルーツ		麦ご飯 フルーツ			十六穀米 フルーツ		玄米入りご飯 フルーツ	

※献立・食品名については、都合により変更になる場合がありますことをご了承ください。

