

1月 予定献立表



みやぎ乳児院 2026.1.1発行

月日	曜日	朝食	おやつ	昼食	おやつ	夕食
1日 15日 29日	木	鮭ごはん 味噌汁 大根のおかか煮 チーズ	牛乳	わかめごはん 雑煮風すまし汁 豆腐入り松風焼 さつまいもとりんごの煮物	きなこ プリン	ごはん 味噌汁 <u>油麴汁の具</u> <u>ブロッコリー</u> 果物 
2日 16日 30日	金	ごはん 味噌汁 さといものそぼろ煮 フルーツ缶	飲む ヨーグルト	ホットケーキ スープ ボークビーンズ バナナ	お菓子 ジュース	ごはん 味噌汁 南瓜コロッケ かぶとベーコンのコンソメ煮 果物
3日 17日 31日	土	ごはん 味噌汁 豆腐のおかか炒め チーズ 	牛乳	丸パン スープ じゃがいものミートグラタン ヨーグルト	ゼリー (3日はとろける ゼリー)	納豆ごはん 味噌汁 魚の塩こうじ焼き さつまいもの甘煮 果物
4日 18日	日	そぼろごはん 味噌汁 ひじき煮 ヨーグルト	牛乳	焼きうどん すまし汁 オニオンリング チーズ	キャロット ケーキ (4日はお菓子)	ごはん 味噌汁 ツナと豆腐の落とし揚げ トマト 果物 
5日 19日	月	丸パン ミロ 野菜のカレー炒め フルーツ缶	牛乳	お好み焼き すまし汁 鶏肉の照り焼き バナナ	フルーチェ ムース	ごはん 味噌汁 麻婆豆腐 スティックきゅうり 果物
6日 20日	火	ごはん 味噌汁 じゃがいものツナ煮 ヨーグルト	ジョア	おにぎり にら玉汁 魚のバター醤油焼き ブロッコリーのおかか和え	お菓子 ジュース	ごはん 味噌汁 ささみのスティックフライ ほうれん草とコーンのソテー 果物
7日 21日	水	鮭ごはん 味噌汁 厚揚げのそぼろ煮 フルーツ缶	牛乳	サンドイッチ (ジャム) ミネストローネ 鶏肉のママレード焼き チーズ	クッキー	ごはん 味噌汁 春巻き すき昆布煮 果物
8日 22日	木	食パン スープ ミートボール バナナ 	牛乳	きつねうどん 鶏ひき肉のみそ焼き かぼちゃ煮 ヨーグルト	マカロニ きな粉	ごはん 味噌汁 お豆腐ナゲット にんじんしりしり 果物
9日 23日	金	ごはん 味噌汁 かぼちゃのそぼろ煮 チーズ	牛乳	ごはん みそけんちん汁 甘辛唐揚げ 果物	豆腐 ドーナツ	ごはん 味噌汁 魚のチーズ焼き さつまいもの金平 果物
10日 24日	土	ごはん 味噌汁 炒り豆腐 フruits缶	飲む ヨーグルト	ミートソースペンネ スープ フライドポテト バナナ 	プリン	納豆ごはん 味噌汁 生姜焼き うまっこりー 果物
11日 25日	日	丸パン スープ 野菜炒め ヨーグルト	牛乳	ごはん ツナそぼろ 味噌汁 バーベキューチキン 粉ふき芋	パン耳 ラスク	カレーライス スープ <u>マカロニサラダ</u> 果物
12日 26日	月	そぼろごはん 味噌汁 切干大根煮 チーズ	牛乳	ごはん 豚汁 白身魚のフライ ほうれん草のマヨサラダ	フルーツ ポンチ	ごはん 味噌汁 肉豆腐煮 かぼちゃのソテー 果物
13日 27日	火	ごはん 味噌汁 厚揚げのカレーそぼろ煮 バナナ	ジョア	丸パン にんじんのポタージュ スパニッシュオムレツ ヨーグルト	ふかし芋	納豆ごはん 味噌汁 魚のちゃんちゃん焼き 果物
14日 28日	水	食パン ミロ ウインナーソテー フルーツ缶	牛乳	うーめん 魚の磯辺焼き 人参甘煮 バナナ 	マシュマロ フレーク	ごはん 味噌汁 煮込みハンバーグ <u>コールスロー</u> 果物 

※赤○→3階の各ホームのみ、マヨドレで味付けをお願いします

※献立は変更になる場合があります