

	日	月	火	水	木	金	土
<p>皆さんが楽しみな！ お正月料理とは</p> <p>「もう年の瀬、もう来年」と月日が経つのが早いですね。おせちの始まりは、年神様への供物でしたが、現在はみんなで食べるパーティ料理・またはオードブルとしていただくことが多くなりました。いずみ苑でも、ごちそうを準備しています。五穀豊穡や子孫繁栄、健康に暮らせるようお願いをこめて作ります。 皆様にとって良い年なることをお祈りいたします</p> 				1	2	3	4
				ごはん 味噌汁 お刺身 雑煮 みかん たらこおろし和え	親子わっぱ 吸い物 車麩の落とし卵 栗きんとん ピーチゼリー 錦卵	太巻き・稲荷寿司 すまし汁 筑前煮 胡麻酢和え りんご角切 錦玉子	カレーライス ワカメスープ 大根サラダ バナナ 福神漬
				甘酒 正月の練切り	甘酒 正月の練切り	甘酒 正月の練切り	レモンティ 抹茶ケーキ
	5	6	7	8	9	10	11
	ごはん 味噌汁 白身魚の野菜あんかけ 五目サラダ 黄桃缶 白菜漬け	味噌ラーメン ヤクルト ブロッコリーのツナ和え 黄桃缶	ごはん 味噌汁 赤魚の塩麴焼き 里芋の煮付け バナナ 梅シラスおろし	ちらし寿司 澄まし汁 お雑煮 かき和えなます みかん	ごはん 味噌汁 魚の胡麻煮 五色なます りんごのワイン煮 大根きんぴら	ごはん 味噌汁 車麩の煮卵 卵サラダ 白桃缶 味噌漬け	ごはん 中華スープ マーボー豆腐 ポン酢サラダ オレンジ キャベツの香漬け
水分	ココア	抹茶ミルク	ミルクティ	ポカリスエット	コーヒー	カフェオレ	紅茶
おやつ	グレープゼリー	はちみつカステラ	さつま芋の小判焼	あんこもち	紅茶ムース	蒸し饅頭	ヨーグルトゼリー
	12	13	14	15	16	17	18
	ごはん 味噌汁 えびと蓮のおろし揚げ ごま味噌和え 黄桃缶 のり佃煮	醤油おこわ 味噌汁 けんちん煮 鶏ささみの中華和え 洋ナシ缶 昆布巻	カツ丼 わかめのスープ ほうれん草の土佐和え みかん かぶの漬物	ごはん 味噌汁 豚肉の生姜焼き 梅酢和え 水羊羹 中華風漬け	寄せ鍋 チャプチエ 白桃缶 キャベツのマリネ	豆乳鍋 五目サラダ バナナ 桜漬け	権蔵なべ 白菜の辛し和え いよかん 大根サラダ
水分	抹茶オレ	甘酒	ポカリスエット	紅茶	レモンティ	コーヒー	抹茶オレ
おやつ	洋ナシゼリー	栗ようかん	南瓜ケーキ	いちごムース	黒ゴマプリン	串団子	しっとりドームケーキ
	19	20	21	22	23	24	25
	ほうとう キャベツのごまだれ りんごコンポート 乳酸菌飲料	ごはん 味噌汁 魚の西京焼 切干大根とひじき煮 林檎のワイン煮 胡瓜のマリネ	オムライス 味噌汁 白菜の春雨煮 バナナ 胡瓜の酢の物	ごはん 味噌汁 魚のガーリック焼 鶏ささみのサラダ 伊予かん なめたけ和え	豚骨ラーメン 胡麻和え パイン缶 豆乳飲料	ごはん 野菜スープ 白身魚のタルタルフライ 蕪の和風サラダ 白桃缶 鮭のほくし身	ごはん 味噌汁 赤魚の塩麴焼き ゼンマイの含め煮 みかん缶 煮菜
水分	ココア	ミルクティ	ポカリスエット	レモンティ	カフェオレ	ココア	抹茶オレ
おやつ	ババロア	さつま芋のムース	水ようかん	さつま芋のレモン煮	焼きリンゴ	オレンジゼリー	ホットプリン
	26	27	28	29	30	31	
	ごはん かきたまスープ たらこのクリーム煮 かぶとツナのサラダ 黄桃缶 しば漬け	ごはん 味噌汁 魚の揚げ煮 わかめサラダ パイン角切 しゅうまい	京風うどん くるみ味噌和え ミックスフルーツ ショア	ほたてごはん 味噌汁 肉じゃが ワサビ和え バナナ 大根の醤油漬け	ごはん 味噌汁 鯖の味噌煮 白和え キウイフルーツ かぶの漬物	ごはん 味噌汁 天ぷら 胡麻和え バナナ 奈良漬	
水分	紅茶	ミルクティ	ポカリスエット	コーヒー	レモンティ	抹茶オレ	
おやつ	ココアケーキ	りんごコンポート	ロールケーキ	杏仁豆腐	カステラ	ピーチゼリー	

献立表



月

栃尾
デイサービス
センター
いずみ苑

