令和７年１月献立表

杜松ホーム

正月三が日

			1/1(水) おせち	1/2(木) 海鮮丼	1/3(金) ちらし寿司	1/4(土) ハヤシライスの日	1/5(日)
朝食	2025		米飯 雑煮汁（関東風） 筑前煮 のり佃煮 牛乳	米飯 雑煮汁（関西風） ぶりの照り焼き たいみそ 牛乳	米飯 雑煮汁（北海道風） 厚焼き玉子 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 車麩の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 切干大根の煮物 梅びしお 牛乳
昼食	あけましておめでとうございます		赤飯 雑煮汁 真鯛の煮付け 寿かまぼこ 伊達巻 紅花麩 若草蒸し 豚の角煮 黒豆 紅白なます かずのこ	海鮮丼 味噌汁 春菊の菊花和え 杏仁フルーツ	牛肉のしぐれ煮ちらし 味噌汁 三色しのだの煮物 いちご	ハヤシライス ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ ほうれん草のソテー マセドアンサラダ	米飯 味噌汁 鮭の粕漬け焼き 菜の花の菜種和え フルーツ
おやつ			和菓子	水ようかん	チョコババロア	ブッセ	抹茶ワッフル
夕食			米飯 味噌汁 寄常豆腐 オイスターソース炒め もやしの香味和え	米飯 味噌汁 和風かに玉 がんもの煮物 しその実和え	米飯 すまし汁 鰤の葱味噌焼き 冬瓜のかにあんかけ 鶏レバー甘露煮	米飯 コーンスープ 豆腐ハンバーグ 春菊ともやしのナムル 茄子の生姜浸し	米飯 すまし汁 鶏肉ごまみそ煮 はんぺんの磯部揚げ 煮豆

	1/6(月)	1/7(火) 七草粥	1/8(水)	1/9(木)	1/10(金)	1/11(土) 鏡開き	1/12(日)
朝食	米飯 味噌汁 高野豆腐の含め煮 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 五目きんぴら のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 炒り豆腐 納豆 牛乳	米飯 味噌汁 野菜とウインナーのスープ煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 ハムと卵のソテー ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ウインナーのトマト煮 納豆 牛乳	米飯 味噌汁 にら玉風 のり佃煮 牛乳
昼食	米飯 味噌汁 鶏肉と根菜のバター醤油炒め煮 インゲンの炒り煮 カリフラワーとえびのドレッシングあえ	七草粥 豚汁 炒り鶏 白和え	米飯 味噌汁 親子煮 カポナータ ほうれん草としらすのお浸し	米飯 ポタージュスープ 和風ハンバーグおろしソース 人参のカレー風味炒め 茄子と油揚げのおかか和え	米飯 すまし汁 さわらの西京焼き 里芋と麩の煮物 なます	米飯 味噌汁 鶏肉の野菜あんかけ 大根の柚子味噌かけ 海藻サラダ	米飯 中華スープ 厚揚げと野菜の炒め物 蒸し鶏のバンバンジーｿｰｽ ブロッコリーのマリネ
おやつ	エクレア	あんぱん	イチゴフルーチェ	りんごコンポート	今川焼き	【鏡開き】ぜんざい（汁）	たい焼き
夕食	米飯 味噌汁 スパニッシュオムレツ 南瓜のソテー 白菜と若布のお浸し	米飯 味噌汁 鯖の照焼き ブロッコリーとカニカマの炒め煮 マカロニサラダ	米飯 味噌汁 回鍋肉 里芋とちくわの煮物 ブロッコリーサラダ	米飯 味噌汁 かれいの野菜あんかけ 小松菜の煮浸し 長芋梅肉和え	米飯 味噌汁 豆腐と豚肉の旨煮 じゃが芋の含め煮 菜の花おかか和え	米飯 味噌汁 赤魚の煮付 ほうれん草とコーンのソテー 白菜の生姜和え	米飯 味噌汁 挽肉と春雨の炒め物 薩摩芋ミルク煮 ピーマンの塩昆布和え

	1/13(月)	1/14(火)	1/15(水)	1/16(木)	1/17(金) 鏡の日	1/18(土)	1/19(日)
朝食	米飯 味噌汁 肉じゃが たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 ちくわと野菜の煮物 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 野菜のコンソメ煮 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 切干大根の煮物 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 オムレツと野菜ソテー たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 はんぺんの煮物 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 ほうれん草とキノコの炒め物 納豆 牛乳
昼食	米飯 味噌汁 筑前煮 はんぺんの磯部揚げ フルーツ	米飯 すまし汁 鶏とかぶの酒粕豆乳煮込み ひじき煮 ほうれんそう浸し	米飯 味噌汁 ホキのパン粉焼き さつま芋とりんごの甘煮 フルーツ	米飯 中華スープ 中華風炒り卵 大根金平 カリフラワーのドレッシング和え	カレーうどん エビしゅうまい ナムル ジョア	米飯 味噌汁 カレイのチリソースかけ 菜の花お浸し さつま芋の蜂蜜煮	米飯 コンソメスープ 鶏肉の和風あんかけ スパゲティサラダ 南瓜とエリンギの炒め物
おやつ	キャロットゼリー	和のパンケーキ	いちごババロア	ショコラブチケーキ	ミックスゼリー	クレープ	和のパンケーキ
夕食	米飯 味噌汁 豆腐の野菜そぼろあんかけ インゲンのソテー 白菜の生姜風味和え	米飯 味噌汁 サワラの味噌マヨネーズ焼き ビーフンのソテー 茄子のドレッシング和え	米飯 味噌汁 千草焼きおろし添え もやしの和え物 鶏レバー甘露煮	米飯 すまし汁 豆腐チゲ 温野菜サラダ 小松菜の磯和え	米飯 味噌汁 アジの煮付け 金平ごぼう 煮豆	米飯 味噌汁 鶏肉みぞれ煮 チンゲン菜ときのこのソテー 青梗菜と厚揚げの和えもの	米飯 味噌汁 タラのバター醤油焼き 白菜のカレー風炒め 山菜となめこの和え物

	1/20(月)	1/21(火) カレーの日	1/22(水)	1/23(木)	1/24(金)	1/25(土) 麩の日	1/26(日)
朝食	米飯 味噌汁 冬瓜とはんぺんの含め煮 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 炒り豆腐 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 さつま揚げの煮物 のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 さつま芋のそぼろ煮 たいみそ 牛乳	米飯 味噌汁 鶏肉のコンソメ煮 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 ツナ入り野菜ソテー ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 肉じゃが たいみそ 牛乳
昼食	米飯 味噌汁 鮭のクリームシチュー ごぼうとさつま揚げの旨煮 なすのお浸し	ほうれん草のキーマカレー 野菜スープ ブロッコリーのかにかま和え フルーツヨーグルト	米飯 味噌汁 豚肉生姜焼 金平蓮根 春雨サラダ	米飯 中華スープ 八宝菜 シュウマイ ひじきサラダ	米飯 かきたま汁 白身魚フライ 五色なます 大豆と竹輪の煮物	彩り野菜のミートソーススパゲティ パンプキンスープ ｺｰﾙｽﾛｰｻﾗﾀﾞ 海藻サラダ	米飯 味噌汁 ぼっけの塩焼き ミニおでん シーフードマリネサラダ
おやつ	ティラミス	たい焼き	紅茶ケーキ	厚切りバウム	今川焼き	シュークリーム	クレープ
夕食	米飯 味噌汁 揚げだし豆腐 切り昆布の煮付 スナップピースのサラダ	米飯 味噌汁 さばの塩焼き 春菊の和え物 じゃが芋のソテー	米飯 中華スープ 卵とえびの炒めもの がんもの煮物 ほうれん草の鮭フレーク和え	米飯 味噌汁 豆腐のきのこあんかけ 茄子の煮浸し 煮豆	米飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 白菜煮浸し ポテトサラダ	米飯 味噌汁 豚肉柳川風 青菜の煮浸し 切干大根ｺﾞﾏﾏﾖﾈｰｽﾞ	米飯 すまし汁 鶏肉の葱味噌煮 パンプキンサラダ 青菜と豆腐の炒め物

	1/27(月)	1/28(火)	1/29(水)	1/30(木) 味付きご飯の日	1/31(金)		
朝食	米飯 味噌汁 プレーンオムレツ のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 高野豆腐の含め煮 納豆 牛乳	米飯 味噌汁 ブロッコリーとウインナーのミルク煮 梅びしお 牛乳	米飯 味噌汁 鮭の塩焼き のり佃煮 牛乳	米飯 味噌汁 海老団子の旨煮 ふりかけ 牛乳		
昼食	米飯 オニオンスープ 煮込みハンバーグ ジャーマンポテト フルーツ	米飯 味噌汁 鮭のちゃんちゃん焼 さつまいもの甘煮 ツナサラダ	米飯 味噌汁 鶏肉の梅風味煮 大根の炒め煮 春菊の和えもの	高菜入りチャーハン 中華スープ ブロッコリーとカニカマの炒め煮 フルーツ	米飯 味噌汁 鶏肉と大豆のトマト煮 ごぼうとさつま揚げの煮物 カリフラワーと卵のカレーサラダ		
おやつ	マスカットゼリー	ピーチゼリー	芋ようかん	和のパンケーキ	ケーキ		
夕食	米飯 味噌汁 ホキの野菜あんかけ ピーマンのカレー風味炒め 煮豆	米飯 味噌汁 千草焼き 春巻き しその実和え	米飯 すまし汁 回鍋肉 春雨の酢の物 冬瓜の田舎煮	米飯 味噌汁 豚肉のスタミナ炒め はんぺんの磯部煮 鶏レバーの甘露煮	米飯 味噌汁 さばの香味焼き マカロニのソテー 小松菜とじゃこの和え物		