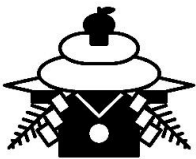
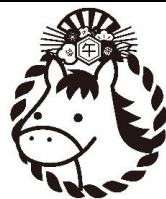


2026 年

## 1 月 献立表 (みずきの家)

月	火	水	木	金	土
 <p>あけましておめでとうございます。 新しい一年が、皆さまにとって健やかで穏やかな毎日となりますことを心よりお慶び申し上げます。 今年もデイサービスでのお食事を通じて、楽しい時間をお届けできるよう努めてまいります。 どうぞよろしくお願いいたします。</p> 					
<b>5</b> ちらし寿司 鶏肉と根菜の煮物 青菜のごま和え すまし汁 デザート	<b>6</b> いかハンバーグ&ふくらバーグ 切干大根煮 パスタサラダ 味噌汁 デザート	<b>7</b> 七草がゆ 肉じゃが 金平ごぼう 酢の物 味噌汁 デザート	<b>8</b> アジの和風焼き 高野豆腐の煮物 白菜の梅和え 味噌汁 デザート	<b>9</b> ポークビーンズ 焼いて食べる肉詰めいなり きゅうりのサラダ スープ デザート	<b>10</b> 春雨入り肉団子煮 菜の花のツナ炒め ナスの土佐和え 味噌汁 デザート
<b>12</b> 赤飯 ブリの甘辛焼き さつま芋の花天煮 ビーフンサラダ 味噌汁 デザート	<b>13</b> サーモンフライ&野菜コロッケ 卵の花 オクラのだし和え 味噌汁 デザート	<b>14</b> 親子丼 さつま揚げと大根煮 ほうれん草の和え物 味噌汁 デザート	<b>15</b> チキンステーキ 焼き餃子 しろ菜のさっぱり和え 味噌汁 デザート	<b>16</b> 豚肉のおかか炒め 蒸シューマイ 小松菜のマヨ和え 味噌汁 デザート	<b>17</b> ホキの煮付け <small>チンゲン菜とベーコンの炒め物</small> オクラのごま和え 味噌汁 デザート
<b>19</b> チンジャオロース シューマイ 中華風サラダ スープ デザート	<b>20</b> 赤魚の塩旨煮 ピーマンのソテー ブロッコリーのドレッシング和え 味噌汁 デザート	<b>21</b> 鶏と豆腐のつくね風 大根サラダ ブロッコリーのマヨ和え 味噌汁 デザート	<b>22</b> 豚肉の生姜焼き スパゲッティーサラダ 高野豆腐煮 味噌汁 デザート	<b>23</b> 黄金カレイのソテー ふきと豚肉の煮物 きゅうりのゆず塩和え 味噌汁 デザート	<b>24</b> れんこんの酢豚 水餃子 ナスの和え物 お吸い物 デザート
<b>26</b> ポークカレー キャベツとツナのサラダ ひじき煮 スープ デザート	<b>27</b> 鶏肉のレモン焼き 冬瓜の煮物 オクラの塩昆布和え 味噌汁 デザート	<b>28</b> 麻婆茄子 春雨サラダ 白菜のカニカマ和え スープ デザート	<b>29</b> 舞茸と厚揚げの生姜炒め チンゲン菜の洋風煮 切干大根のマヨ和え 味噌汁 デザート	<b>30</b> 鶏の唐揚げ マカロニサラダ 青菜と竹輪の和え物 味噌汁 デザート	<b>31</b> 鶏肉の味噌焼き れんこんのひじき煮 きゅうりのドレ和え すまし汁 デザート

食材入荷の都合上、やむを得ず献立が変更になることがあります。ご了承下さい。