1月の献立

「睦月」

正月に家族や仲間と宴を楽しみ、仲睦まじく過ごす「睦月」。年神さまをお迎えするために様々な行事や風習があります。みねのさとのお正月は（餅なしの）雑煮をいただきます。室町時代から続く風習で土地の食材を使うので郷土色も豊かです。関西風のお雑煮をお楽しみください。

月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6
			ブリの照り焼き お煮染め 卵焼き 切干大根サラダ	野菜ポーク豆乳シチュー 人参金平 ブロッコリーの卵サラダ 炊き込みご飯	アジ竜田揚げ 黒豆 三色なます 七草粥
8	9	10	11	12	13
豚肉生姜焼き 高野豆腐煮 酢人参	冬きのこ野菜カレー コールスロー 金時煮豆	豆腐ハンバーグ ひじき煮 切干大根サラダ	おでん 小松菜サラダ 野菜甘酢漬け	タラの天ぷら 白菜ポン酢煮 じゃこおろし和え	麻婆豆腐 切干大根煮 三色なます
15	16	17	18	19	20
白身魚きのこあんかけ インゲン胡麻和え キャベツマリネ	野菜ポーク豆乳シチュー 人参金平 小松菜サラダ	豚肉とブロッコリー炒め 筑前煮 ポテトサラダ	豆腐香り焼き ひじき煮 ツナと人参サラダ	肉じゃが 大根ちくわ煮 ほうれん草お浸し	じゃがいも和牛コロッケ 春雨サラダ インゲン胡麻和え
22	23	24	25	26	27
ハヤシライス きのこソテー ポテトサラダ 金時煮豆	麻婆豆腐 切干大根煮 三色なます	豚肉生姜焼き 高野豆腐 酢人参	八宝菜 さつまいも甘煮 インゲン酢の物	かにかま卵あんかけ 白菜胡麻和え 小松菜サラダ	肉じゃが 大根ちくわ煮 人参ピーマン金平
29	30	31			
豆腐香り焼き ひじき煮 ツナと人参サラダ	タラの天ぷら 白菜ポン酢煮 じゃこおろし和え 枝豆ごはん	おでん 小松菜サラダ 野菜甘酢漬け			

※上記にごはんとみそ汁が付きます。

※献立は当日の仕入れ状況により変更になる場合があります。ご了承いただきますようお願い申し上げます。