

令和 8 年 1 月度やっとかめ献立表

2026 新年あけましておめでとうございます！ 今年も宜しくお願い致します。

5日(月) ちらし寿司 茶碗蒸し 白菜の海苔和え あら汁・黄桃 なごやん	6日(火) 和風おろしバーグ 五目ひじき ブロッコリーマヨ明太和 味噌汁・キウイ 焼き芋	7日(水) 七草 七草粥 キャベツと柚子の甘酢漬け さつま芋の味噌バター炒め ワカメスープ・バナナ バームクーヘン	8日(木) カレイの煮つけ 厚揚げと青梗菜中華煮 しらすおろし お吸い物・オレンジ ごま団子	9日(金) お誕生日会 お祝天ぷら 茶碗蒸し カニもずく 赤飯・吸い物・メロン ロールケーキ	10日(土) 鏡開き ヒラスの漬け焼き 厚揚げと玉葱卵炒め 春巻き 貝汁・みかん 餅入りぜんざい
12日(月) タラの竜田揚げ 五目おから さつま揚げといんげん煮 かきたま汁・バナナ ココアパウンドケーキ	13日(火) 豚とアスパラ生姜焼き 高野と里芋煮 切干大根煮 味噌汁・洋梨 フレンチトースト	14日(水) 赤魚の粕漬け焼き 冬瓜と鶏肉の中華煮 どて煮 吸物・マンゴー ホットドック	15日(木) おやつ作り 揚げ出し豆腐 海鮮焼きそば カリフラサラダ けんちん汁・ヨーグルト	16日(金) ネギ味噌チキン 小松菜の玉子とじ 海老焼売 豆乳汁・バナナ 抹茶小倉蒸しパン	17日(土) 海老フライ 筑前煮 ひじきの白和え ミネストローネ・黄桃 スイートポテト
19日(月) きのこポークチャップ 小松菜と切昆布煮 もやしの玉子とじ 味噌汁・白桃 アップルパイ	20日(火) サワラの幽庵焼き 豚と白菜のあんかけ 里芋の味噌煮 豚汁・りんご・味飯 ごま団子	21日(水) やっとかめ喫茶 海老の黒酢炒め さつま芋のレモン煮 田楽豆腐 吸物・キウイ	22日(木) 鶏のから揚げ もやしナポリタン ポテトサラダ 味噌汁・洋梨 バナナ蒸しケーキ	23日(金) アジの五目餡かけ 法蓮草のごま和え きのこの玉子とじ 味噌汁・杏仁豆腐 メープルケーキ	24日(土) ミートソースグラタン ニラもやし炒め アボカドサラダ 味噌汁・バナナ 黒糖蒸しパン
26日(月) 棒棒鶏 筑前煮 小松菜と京揚げ煮 けんちん汁・パイン バナナパウンドケーキ	27日(火) 肉豆腐 マカロニサラダ しらすの玉子炒め 味噌汁・バナナ 白玉ぜんざい	28日(水) ささ身の磯部揚げ 春雨サラダ 厚揚げと白菜あんかけ 味噌汁・マンゴー アップルパイ	29日(木) 鮭のチーズ焼き 鶏と玉葱オイマヨ炒め 長芋ともずく和え 貝汁・ヨーグルト 大福	30日(金) 味噌ソイカツ 小松菜と豚の生姜炒め 五目ひじき トマトスープ・白桃 カステラ	31日(土) ピーマンの肉詰め きのこのおかか煮 大根の旨煮 味噌汁・黄桃 みたらし団子