


# 1がつのこんだて

玉川福祉作業所

ほんねん りようしゃ みな よろこ  
 本年も利用者の皆さんに喜んでいただけるような、おいしくてバラエティ豊かな給食を目指していききたいと思ひます。よろしくお願ひいたします。1月10日の新年会は富士産業さん手作りのお祝ひ膳です。今年は和食の献立です。お楽しみに♪

4日 木曜日	5日 金曜日
☆ごはん ☆魚のフライ ☆付け合わせ 温野菜 ☆若竹煮 ☆すまし汁 ☆ストロベリーババロア 664kcal	☆卵とじうどん ☆金平ごぼう ☆大根のゆかり和え ☆みかん  655kcal

**1月10日(水)新年会 お祝ひ膳メニュー**

散らし寿司      天ぷら(海老、キス、椎茸)  
 根菜の煮物      豚の角煮      栗とかぼちゃのサラダ  
 きゅうりとかぶの柚子和え      ミニケーキ(オペラ)

8日 月曜日	9日 火曜日	10日 水曜日	11日 木曜日	12日 金曜日
成人の日  ☆ごはん(金芽米) ☆魚の梅煮 ☆冬瓜の炒め物 ☆フルーツゼリー ☆みそ汁 629kcal	<新年会> ☆お祝ひ膳  840kcal	☆ロールパン&胚芽ロール いちごジャム ☆マカロニグラタ ☆白菜サラダ ☆スープ ☆キウイフルーツ 633kcal	☆パーコー飯 ☆拌三絲 ☆中華スープ 626kcal	
15日 月曜日	16日 火曜日	17日 水曜日	18日 木曜日	19日 金曜日
☆えび野菜炒めラーメン ☆揚げ餃子 ☆チンゲン菜の中華和え ☆ピーチゼリー  641kcal	☆ごはん(金芽米) ☆鶏肉のソテー きのこあん ☆いか大根 ☆小松菜の海苔和え ☆みそ汁 634kcal	☆ビーフカレー ☆薬味 ☆アスパラサラダ ☆バナナ  695kcal	☆炊き込みご飯 ☆魚の煮付け ☆ちくわのチーズ磯部揚げ ☆菜の花のマヨネーズ和え ☆すまし汁 649kcal	☆ごはん ☆チンジャオロース風 ☆えびしんじょう揚げ ☆春菊の胡麻和え ☆中華スープ 626kcal
22日 月曜日	23日 火曜日	24日 水曜日	25日 木曜日	26日 金曜日
☆豚肉と卵の中華丼 ☆さつま芋のはちみつレモン煮 ☆中華スープ ☆パイナップル 650kcal	☆とろろそば ☆真珠蒸し ☆大根と水菜のサラダ ☆オレンジゼリー  645kcal	☆ごはん ☆魚の粕漬焼き ☆かにクリームコロッケ ☆ポテトサラダ ☆すまし汁  642kcal	<選抜メニュー> ①えびドリア ②ハヤシライス ☆野菜のマリネ ☆スープ ☆プリン  ①642kcal②665kcal	☆ごはん(金芽米) ☆鶏肉の照り焼き ☆がんもの煮物 ☆かぶとなすの浅漬け ☆みそ汁 619kcal
29日 月曜日	30日 火曜日	31日 水曜日	☆1月の平均栄養給与量 エネルギー 651kcal (目標栄養給与量 650kcal) ☆12日のパーコー飯はご飯の上に揚げた豚肉をのせて中華風に味付けた野菜のあんをかけた料理です。  	
<ハーフ&ハーフ> ☆ごはん ☆エビフライ&ハンバーグ ☆付け合わせ ジャーマンポテト ☆ツナサラダ ☆スープ ☆カフェオレゼリー 686kcal	☆ごはん ☆豚キムチ炒め ☆いかの玉子焼き ☆野菜のナムル ☆スープ 648kcal	☆あんかけ焼きそば ☆ぜんまいの炒め煮 ☆中華スープ ☆りんごの紅白コンポート 659kcal		

---