



# 献立予定表

## 湯川デイ

	1日（月）	2日（火）	3日（水）	4日（木）	5日（金）	6日（土）
	赤飯 とんかつ 豚大根 冷奴 フルーツ（りんご） 味噌汁 	ご飯 さわらハーフ衣焼き かぼちゃのクリーミー仕立て 根菜和風サラダ 味噌汁	ご飯 さけふりかけ たぬきうどん 仙台麩と野菜の煮物 洋なし缶	ご飯 メンチカツ 鶏肉と若布の煮浸し チンゲン菜のナムル 味噌汁 	ご飯 豚肉ときくらげの玉子炒め チヂミ とろろ 中華スープ	ご飯 さば味噌煮 じゃが芋の葱塩バター れんこんマリネ 吸物 
7日（日）	8日（月）	9日（火）	10日（水）	11日（木）	12日（金）	13日（土）
	ご飯 鱈の衣揚げ～銀あん～ かぶのクリーム煮 ゴーヤ浅漬け風 味噌汁	ご飯 とんかつ カリフラワーのコンビーフ風味 りんごゼリー 味噌汁 	ご飯 アジバター醤油焼き 野菜入り炒り玉子 キャベツのカレー風味和え コンソメスープ	ご飯 のり佃煮 きつねそば インゲンと豚肉の炒め風 パイン缶	ご飯 豚肉の葱塩ソース 切干大根煮 からし菜の和え物 中華スープ	ご飯 白身フライのチリソースかけ ごぼうと人参の挽き肉炒め 冷奴 味噌汁
14日（日）	15日（月）	16日（火）	17日（水）	18日（木）	19日（金）	20日（土）
	ご飯 ニシン照り煮 かぶのごま油炒め ブロッコリーのソーダ～サラダ 吸物	なめ茸と豆乳あんの汁なし麺 あらびきチキンスティック 金時豆 白桃缶 吸物	ご飯 たらこふりかけ さわら味噌煮 ひじき煮 ほうれん草の胡麻浸し 吸物	ご飯 クリーミーコロケ 菜の花の甘辛煮 かぶの梅和え 吸物 	ご飯 ぶりみぞれ揚げ 白菜の煮びたし ごぼうサラダ 味噌汁	ご飯 肉団子和風うま煮 野菜入り炒り豆腐 さつまいもと豆のハニースタート風味 吸物 
21日（日）	22日（月）	23日（火）	24日（水）	25日（木）	26日（金）	27日（土）
	ご飯 鶏肉の味噌だれ 冬至かぼちゃ ブロッコリーのガーリック風味 吸物 	ご飯 サバ土佐煮 里芋の煮物 キャベツサラダサウザン風 味噌汁	チキンライス クリーミーベーコンポテト 豚しゃぶと彩り野菜のサラダ コーヒーフッフル コーンポタージュ 	ご飯 白身魚の南蛮漬け 牛肉とごぼうのしぐれ煮 うの花サラダ 吸物	ご飯 鶏だんごと厚揚げの生姜味噌煮 麩の卵仕立て ピーマンナムル 味噌汁	ご飯 かつおふりかけ 白身魚のフリッター 鶏レバーたれがらめ さつま揚げとインゲンのピーナッツ和え
28日（日）	29日（月）	30日（火）	31日（水）	<p>年越しそば</p> <p>年越しそばの由来にはいくつかの説がありますが、主に江戸時代中期に始まったとされています。商人の家では月末にそばを食べる習慣があり、これが年末に残り、年越しそばとして定着したと言われています。また、そばは細長い形状をしているため、長寿や健康を象徴し、縁起の良い食材とされています。さらに、そばが切れやすいことから、過去の災難や苦労を断ち切る意味も込められています。</p> <p>年越しそばは、毎年12月31日の大晦日に食べる習慣があり、特に除夜の鐘が鳴る前に食べることが望ましいとされています。これは、新しい年を迎える準備をするための儀式的な意味合いがあります。また、地域によっては年越しそばの代わりに年越しうどんを食べる家庭もあり、地方ごとの特色が見られます。</p>		
	ご飯 メバル西京焼き さつま芋と豚肉の煮物 いんげんの胡麻よごし 吸物	ご飯 十勝風豚皿 千切り野菜の煮物 白和え 吸物	ご飯 ふりかけ 年越しそば 天ぷら みかん缶 			