

令和5年1月

(前半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
	お休みを頂きます	お休みを頂きます	にゅう麺 茶碗蒸し 紅白なます 黒豆 栗きんとん フルーツ	にゅう麺 茶碗蒸し 紅白なます 黒豆 栗きんとん フルーツ	ごはん 鯖の西京焼き 炒めなます 青菜の胡麻和え お吸い物 香の物	ごはん 鯖の西京焼き 炒めなます 青菜の胡麻和え お吸い物 香の物
8	9	10	11	12	13	14
	ごはん 鶏肉の金平糖煮 じゃがいもの煮物 青菜とえのきのお浸し 味噌汁 香の物	ごはん 鶏肉の金平糖煮 じゃがいもの煮物 青菜とえのきのお浸し 味噌汁 香の物	ごはん 白身魚の野菜あんかけ もやしのナムル 味噌汁 香の物	ごはん 白身魚の野菜あんかけ もやしのナムル 味噌汁 香の物	豚丼 かぶなます さつま汁 フルーツ	豚丼 かぶなます さつま汁 フルーツ
15	16 誕生会	17 誕生会	18	19	20	21
	赤飯 刺身の盛り合わせ 大根の柚子煮 春菊の和え物 お吸い物 フルーツ	赤飯 刺身の盛り合わせ 大根の柚子煮 春菊の和え物 お吸い物 フルーツ	チキンライス コールスローサラダ もやしスープ フルーツ	チキンライス コールスローサラダ もやしスープ フルーツ	寄せ鍋 青菜のおろし和え フルーツ	寄せ鍋 青菜のおろし和え フルーツ

令和5年1月

(後半)

名東パラダイス献立表

日	月	火	水	木	金	土
22	23	24	25	26	27	28
	ごはん 松風焼き 大根とさつま揚げの煮物 味噌汁 香の物	ごはん 松風焼き 大根とさつま揚げの煮物 味噌汁 香の物	ごはん 鯖の塩焼き さつまいもの煮物 白菜のごまみそ和え きのこ汁 香の物	ごはん 鯖の塩焼き さつまいもの煮物 白菜のごまみそ和え きのこ汁 香の物	パン 鶏肉の香草焼き ポテトグラタン かぶのスープ	パン 鶏肉の香草焼き ポテトグラタン かぶのスープ
29	30	31				
	ごはん 石狩汁 青菜の胡麻和え 香の物 フルーツ	ごはん 石狩汁 青菜の胡麻和え 香の物 フルーツ				
		<p>令和も5年目となりましたね。 名東パラダイスは1月4日から営業いたします。 一段と寒くなりますので体を温める効果のある冬野菜をしっかり食べて 寒さに負けない丈夫な体をつくりましょう。 年明けには初詣や新年会などのイベントも予定してますのでお楽しみに！ 2023年もどうぞよろしく願いいたします。</p>				
<p>※食材や献立が都合により変わる場合がございます。ご了承下さい。</p>						