

日	月	火	水	木	金	土
					1 赤飯 赤魚のおろし煮 焼き豆腐の田楽 酢の物 すまし汁	2 八宝菜 イカフライ 小松菜ナムル ごはん 中華スープ
3	4	5	6	7	8	9
	ゆかりごはん かき揚げそば 冬瓜の煮物 胡瓜の浅漬け	サーモンのレモングリル 里芋のそぼろあんかけ ブロッコリーサラダ ごはん コンソメスープ		☆お誕生日会☆ 特別メニュー🎵	カツカレー 盛り合わせサラダ 福神漬け フルーツ	さつま芋御飯 鱈の胡麻味噌焼き 小松菜の煮浸し 酢の物 すまし汁
10	11	12	13	14	15	16
	鯖の味噌煮 卵焼き 酢の物 ごはん のっぺい汁	おでん 椎茸肉詰め天 れんこんの甘酢和え ごはん 味噌汁		牛丼 ピーマンと竹輪の金平 もずく酢 味噌汁	ポークソテー 高野豆腐の煮物 大根の香味野菜和え ごはん 味噌汁	ビーフシチュー ブロッコリーサラダ ごはん レアチーズケーキ
17	18	19	20	21	22	23
	～敬老の日メニュー～	エビフライ ひじき煮 ブロッコリーの辛し和え ごはん コンソメスープ		鱈の青じそ焼き 南瓜の煮合わせ そばと長芋のサラダ ごはん 味噌汁	白身フライ ほうれん草と竹輪の煮物 酢の物 ごはん 味噌汁	鶏の治部煮 イカの天ぷら オクラの胡麻和え ごはん 味噌汁
24	25	26	27	28	29	30
	お好み焼き ブロッコリーの辛子和え 漬物 ごはん 味噌汁	ビーフカレー 海藻サラダ 福神漬け 珈琲ゼリー		十八穀ごはん 卵あんかけうどん 蒸し鶏のおろしポン酢 きやら落	肉豆腐 焼き茄子 ほうれん草なめ茸和え ごはん 味噌汁	鶏の唐揚げ ひじき煮 ほうれん草とえのきの胡麻和え ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。