

日	月	火	水	木	金	土
						1
						赤飯 ぶりの照り焼き 豆腐の田楽 菜の花の辛子和え すまし汁
2	3	4	5	6	7	8
	恵方巻き いわしの天ぷら 赤だし ほうじ茶プリン	おでん オクラのおかか和え 漬物 ごはん 味噌汁	焼きそば 春巻き ごはん 中華スープ フルーツ	みそカツ ほうれん草と平天の煮物 大根なます ごはん すまし汁	ゆかりごはん あんかけうどん さんまの甘露煮 金時豆	鶏肉ときのこのシチュー コールスローサラダ 佃煮 ごはん フルーツ
9	10	11	12	13	14	15
	鶏肉の照り焼き 青梗菜のソテー そばと長芋のサラダ ごはん 味噌汁	鱈のソテーハニーソース 厚揚げの煮物 彩りおさつ ごはん 味噌汁	麻婆豆腐 柱フライ 蒸し鶏の中華和え ごはん 中華卵スープ	ちまき 豆乳ラーメン キャベツのごまだれ和え フルーツ	太刀魚の南蛮漬け 五目煮豆 ほうれん草の辛子和え ごはん 味噌汁	天ぷら オクラとめかぶの和え物 漬物 ごはん 味噌汁
16	17	18	19	20	21	22
	海老フライ キャベツの和え物 ごはん コンソメスープ 珈琲ゼリー	散らし寿司 ふわふわ豆腐の煮物 赤だし フルーツ	鱈のしそ香味焼き 高野サンドの煮物 オクラの胡麻和え ごはん のっぺい汁	肉豆腐 もずく酢 漬物 ごはん 味噌汁	鶏肉のレモンペッパー焼き ひじき煮 里芋サラダ ごはん 味噌汁	キーマカレー 春雨とツナのサラダ 福神漬け フルーツ
23	24	25	26	27	28	29
	炒り鶏 ホッケ塩焼き 白花豆 ごはん かき玉汁	鮭のムニエル 高野豆腐の卵とじ 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	天ぷら しらすのおろし和え 佃煮 ごはん 味噌汁	ビビンバ丼 キャベツのレモン酢和え 中華スープ 杏仁豆腐	鶏肉の唐揚げ 野菜豆ごった煮 白菜のおかか和え ごはん 味噌汁	太刀魚の梅煮 茄子挟み揚げ 春菊としめじの浸し ごはん かす汁

※ メニューは変更になる場合があります。