

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
						赤飯 サーモンあぶり焼き ふろふき大根 黒豆煮・紅梅もち すまし汁
5	6	7	8	9	10	11
	穴子の散らし寿司 なす海老詰め煮合わせ 赤だし汁 ほうじ茶プリン	七草粥 鱈の西京焼き ひじき煮 酢の物 すまし汁	鶏の唐揚げ 竹の子かつお煮 甘酢和え ごはん 味噌汁	赤魚の煮付け 里芋の味噌かけ 白菜の柚子和え ごはん すまし汁	ゆかりごはん きつねうどん ほうれん草としめじの浸し 抹茶水ようかん	鶏の治部煮 茄子挟み揚げ 金時豆 ごはん 味噌汁
12	13	14	15	16	17	18
	わかめごはん お好み焼き 大根の和風サラダ 漬物 味噌汁	肉団子の甘酢あんかけ 白菜の昆布和え ごはん 中華卵スープ フルーツ	鯖の味噌煮 柱フライ 白和え ごはん すまし汁	天ぷら 里芋の煮物 漬物 ごはん 味噌汁	親子丼 ほうれん草のおかか和え 味噌汁 黒糖くず餅	ミニ高菜チャーハン 味噌ラーメン オクラの胡麻和え フルーツ
19	20	21	22	23	24	25
	麻婆豆腐 春巻き 蒸し鶏の中華和え ごはん 中華スープ	カツカレー 海藻サラダ 福神漬け フルーツ	サラダ巻き いなり寿司 青梗菜のおかか和え すまし汁 フルーツ	鮭のソテー味噌クリーム さつまいものレモン煮 キャベツの和え物 ごはん コンソメスープ	手ごねハンバーグ ポテトサラダ ごはん コーンスープ 珈琲ゼリー	鱈のしそ香味焼き 揚げだし豆腐 いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁
26	27	28	29	30	31	
	鶏の梅照り焼き 煮奴 里芋サラダ ごはん 味噌汁	三色丼 冬瓜の煮物 漬物 味噌汁	太刀魚の生姜醤油焼き がんもどきの煮物 もずく酢 ごはん のっぺい汁	十八穀ごはん 山菜そば 鶏つくね甘辛焼き フルーツ	天ぷら ほうれん草のおろし和え 漬物 ごはん 味噌汁	

※ メニューは変更になる場合があります。

