

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		赤飯 赤魚のおろし煮 焼き豆腐の田楽 酢の物 すまし汁	天ぷら 八彩しそ酢和え ごはん 味噌汁 佃煮	ハンバーグきのこソース ひじき煮 胡瓜の梅肉和え ごはん 味噌汁	鶏そぼろの散らし寿司 ほうれん草のしらす和え 赤だし 水羊羹	きのこごはん 焼鯖そうめん 冬瓜とあげの煮物 漬物
6	7	8	9	10	11	12
	鶏肉の山賊焼き 高野豆腐の卵とし 酢の物 ごはん 味噌汁	麻婆茄子 柱フライ 胡麻酢和え ごはん 中華スープ	鯖の西京焼き ふわふわ豆腐の煮物 そばと長芋のサラダ ごはん すまし汁	ビーフシチュー シルバーサラダ ごはん 佃煮 レアチーズケーキ	鮭のタルタル焼き ぜんまいの煮物 甘酢和え ごはん すまし汁	カツとし煮 長芋の和え物 ごはん 味噌汁 フルーツ
13	14	15	16	17	18	19
	エビチリ 大根の中華カニあんかけ 春雨の酢の物 ごはん ワカメスープ	鶏の治部煮 オクラ胡麻和え 卵豆腐 ごはん 味噌汁	巻き寿司 いなり寿司 茄子の煮浸し 赤だし 抹茶水ようかん	鯖の塩焼き 里芋の煮物 白和え ごはん 味噌汁	ちまき 塩ラーメン 三角春巻き 漬物 フルーツ	牛皿煮 小松菜と卵のソテー ゆず大根 ごはん 味噌汁
20	21	22	23	24	25	26
	～敬老の日メニュー～	しらすの散らし寿司 エビフリッター がんもどきの煮物 ブロッコリーの辛子和え 赤だし	サラダ巻き いなり寿司 鯖の竜田揚げ いんげんの胡麻和え すまし汁	散らし寿司 鶏の天ぷら 厚揚げの煮物 ねばねば和え 赤だし	巻き寿司 いなり寿司 海老カツ ほうれん草のなめ茸和え 味噌汁	山菜散らし寿司 鱈フリッター 豆乳しんじょうの煮物 緑野菜の湯葉和え すまし汁
27	28	29	30			
	八宝菜 甘酢肉団子 ごはん 中華スープ フルーツ	鯖の味噌煮 南瓜の煮合わせ 酢の物 ごはん かき玉汁	カレーうどん 秋刀魚の甘露煮 ごはん 胡瓜の浅漬け フルーツゼリー			



※ メニューは変更になる場合があります。