

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 カレーうどん さんま甘露煮 甘酢和え ごはん フルーツ	3 しらすの散らし寿司 白菜と春菊の浸し 赤だし 水ようかん	4 鶏の照り焼き ごぼう煮合い 酢の物 ごはん 味噌汁
5	6 麻婆茄子 三角春巻き 伴三糸 ごはん 中華スープ	7 ゆかりごはん 焼鯖そうめん 冬瓜と揚げの煮物 胡瓜の浅漬け	8 天ぷら ほうれん草とえのきの胡麻和え 漬物 ごはん 味噌汁	9 牛肉のしぐれ煮 ピーマンと竹輪の金平 もずく酢 ごはん 味噌汁	10 サーモンのレモングリル ひじき煮 ブロッコリーの胡麻ポン酢和え ごはん 味噌汁	11 八宝菜 イカフライ 小松菜ナムル ごはん 中華スープ
12	13 鯖の煮付け 卵焼き 酢の物 ごはん のっぺい汁	14	15	16	17	18
		～14日から18日まで敬老の日メニュー週間～				
19	20 ～敬老の日メニュー～	21 お好み焼き ブロッコリーの辛子和え 漬物 ごはん 味噌汁	22 さんま竜田の甘辛丼 れんこんサラダ けんちん汁 フルーツ	23 天ぷら 菜の花の辛子和え 佃煮 ごはん 味噌汁	24 肉豆腐 ほうれん草となめ茸和え ごはん 味噌汁 黒糖くず餅	25 鯖のパン粉焼き 白菜と竹輪の煮物 ごぼうサラダ ごはん コンソメスープ
26	27 あぶり焼きチキンのカレー 海藻サラダ 福神漬け 珈琲ゼリー	28 タラの唐揚げ甘酢あん 青梗菜の油炒め ビーフンサラダ ごはん 中華スープ	29 十八穀ごはん 梅わかめそば 蒸し鶏のおろしポン酢 きやら落 抹茶水ようかん	30 おでん お魚ハンバーグ れんこんの甘酢和え ごはん 味噌汁		

※ メニューは変更になる場合があります。