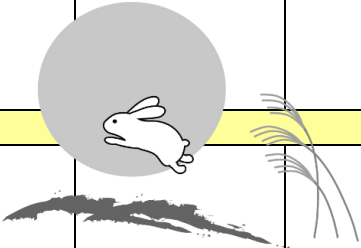


日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
<b>昼</b>						
			赤飯 赤魚のおろし煮 焼き豆腐の田楽 酢の物 すまし汁	カレーうどん さんまの甘露煮 甘酢和え ごはん フルーツ	しらすの散らし寿司 白菜と春菊の浸し 赤だし 水ようかん	鶏の照り焼き ごぼう煮合い 酢の物 ごはん 味噌汁
		<b>夕</b>				
			酢鶏 海老シューマイ 青梗菜の辛子和え ごはん 中華卵スープ	鮭の西京焼き 野菜豆ごった煮 ほうれん草の白和え ごはん すまし汁	太刀魚の梅煮 さつま芋の甘露煮 もやしの胡麻和え ごはん 味噌汁	松茸ご飯 穴子の天ぷら 海老と野菜の炊き合わせ 茄子とみょうがのジュレ すまし汁
5	6	7	8	9	10	11
<b>昼</b>						
カレイのムニエルハニーソース 千切大根煮 ほうれん草としめじの浸し ごはん 味噌汁	麻婆茄子 三角春巻き 伴三条 ごはん 中華スープ	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	天ぷら <small>ほうれん草とえのきの胡麻和え</small> 漬物 ごはん 味噌汁	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	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	八宝菜 イカフライ 小松菜ナムル ごはん 中華スープ
<b>夕</b>						
豚肉と厚揚げの煮物 鶏つくね甘辛焼き いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁	タラのきのこあんかけ こんにやくと蓮根のピリ辛煮 胡瓜とささみの梅和え ごはん 味噌汁	鶏肉のキャベツポン酢炒め ぜんまいの煮物 青梗菜のおかか和え ごはん 味噌汁	鯖の柚子焼き ふわふわ豆腐の煮物 わけぎの酢味噌和え ごはん にゅうめん	クリームコロッケ 白菜と平天の煮物 大根なます ごはん 味噌汁	親子煮 揚げ茄子の生姜あん 薬味たっぷり冷奴 ごはん 味噌汁	ハンバーグ 卵の花煮 キャベツのレモン酢和え ごはん 味噌汁
12	13	14	15	16	17	18
<b>昼</b>						
ポークソテーオニオンソース 大根と揚げの煮物 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	鯖の煮付け 卵焼き 酢の物 ごはん のっぺい汁	~14日から18日まで敬老の日メニュー週間~				
<b>夕</b>						
焼き太刀魚の南蛮漬け 里芋のそぼろあんかけ 春菊としめじの浸し ごはん 味噌汁	牛肉と野菜のオニオン炒め シューマイ シルバースラダ ごはん 中華スープ	五日豆腐 ブリ照り焼き オクラ胡麻和え ごはん 味噌汁	ロールキャベツ 海老カツ マカロニサラダ ごはん フルーツ	鶏と筍の煮合わせ 揚げだし豆腐 酢の物 ごはん 味噌汁	カレイの煮付け <small>揚げ茄子といんげんの生姜あん</small> 甘酢和え ごはん 味噌汁	鯖の幽庵焼き 柱フライ キャベツのごまだれ和え ごはん 味噌汁
19	20	21	22	23	24	25
<b>昼</b>						
炒り鶏 揚げ茄子の甘辛煮 酢の物 ごはん 味噌汁	~敬老の日メニュー~	お好み焼き ブロッコリーの辛子和え 漬物 ごはん 味噌汁	さんま竜田の甘辛井 れんこんサラダ けんちん汁 フルーツ	天ぷら 菜の花の辛子和え 佃煮 ごはん 味噌汁	肉豆腐 ほうれん草なめ茸和え ごはん 味噌汁 黒糖くず餅	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
<b>夕</b>						
ホキの西京焼き れんこんの挟み揚げ 青梗菜の和え物 ごはん すまし汁	牛肉と大根のピリ辛煮 青梗菜と卵のソテー オクラめかぶモロヘイヤ和え ごはん 味噌汁	鯖のムニエル 五日煮豆 ほうれん草胡麻和え ごはん 味噌汁	鶏の塩だれ焼き ピーマンのじゃこ炒め 茄子の生姜醤油かけ ごはん 味噌汁	赤魚の煮付け 高野豆腐の卵とし 酢の物 ごはん 豚汁	かに玉あんかけ 大学芋 もやしのナムル ごはん 中華スープ	鶏の治部煮 オクラおかか和え 胡麻豆腐 ごはん 味噌汁
26	27	28	29	30		
<b>昼</b>						
イワシしそフライ 小松菜の煮浸し なめ草のみぞれ和え ごはん 味噌汁	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	タラの唐揚げ甘酢あんかけ 青梗菜の油炒め ビーフンサラダ ごはん 中華スープ	十八穀ごはん 梅わかめそば 蒸し鶏のおろしポン酢 きやら蒨 抹茶水ようかん	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		
<b>夕</b>						
チンジャオロース 小えびの卵とし 茄子のねぎソースかけ ごはん 中華スープ	鯖の塩焼き はんぺんのチーズ揚げ ほうれん草のポン酢和え ごはん 味噌汁	柳川風卵とし 揚げ茄子の味噌炒め 長芋のゆかり和え ごはん すまし汁	豆腐ハンバーグ こんにやくの炒め物 小松菜としらすの山椒和え ごはん 味噌汁	ハムポテトチーズフライ 筍の土佐煮 もやしの和え物 ごはん 味噌汁		

※ メニューは変更になる場合があります。