

# 予 定 献 立

			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝 食			菜飯雑炊 がんとかぶの煮物 春菊のごま和え たいみそ 牛乳	ご飯 納豆 青梗菜炒め みそ汁(白菜・えのき) 牛乳	ご飯 大根と鶏肉の煮物 いんげんのピーナツ和え みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳	食パン ちくわと青梗菜のソテー カリフラワーサラダ ママレード 牛乳	ご飯 オムレツ ポテトサラダ みそ汁(麩・大根葉) 牛乳
昼 食			ご飯 豚肉の柚子醤油炒め ちくわと小松菜の煮浸し 茄子の和風和え みそ汁(豆腐・貝割れ)	ご飯 さわらの七味焼き じゃが芋のバター炒め コールスローサラダ みそ汁(麩・葱)	おかめそば さつま芋のレモン煮 小松菜とツナの和え物 メロンムース	ご飯 しいらの梅肉焼き 茄子とピーマンの炒め物 キャベツの磯和え お吸物(素麺・葱)	きのこカレー グリーンサラダ 福神漬け ジョア
間 食			パインゼリー	シュークリーム	炭酸饅頭	マスカットゼリー	抹茶ワッフル
夕 食			ご飯 さばの生姜煮 ごぼうの甘辛炒め もやしとアスパラのポン酢和え マンゴー缶	ご飯 かに入り卵焼き ひじきの炒り煮 春雨サラダ つぼ漬け	ご飯 白身魚の味噌焼き つみれの煮物 畑菜のしらす和え うぐいす豆	ご飯 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮っころがし ほうれん草のごま和え パイン缶	ご飯 めぬけの塩麩焼き 炒り豆腐 白菜の和え物 バナナムース

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予 定 献 立

	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)
朝 食	ご飯 和風ミートボール しらすと青菜の生姜和え みそ汁(もやし・貝割れ) 牛乳	きのこ雑炊 野菜炒め 温泉卵 のりつく 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 とろろ和え みそ汁(うまい菜・揚げ) 牛乳	ご飯 じゃが芋のそぼろ炒め しろなのお浸し みそ汁(若布・豆苗) 牛乳	ご飯 炒り豆腐 オクラとしらすの和え物 みそ汁(里芋・水菜) 牛乳	バターロール ウインナーと青梗菜のソテー 豆たっぷりサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 エビの卵とじ オクラのポン酢和え みそ汁(豆腐・うまい菜) 牛乳
昼 食	ご飯 ブリの漬け焼き 冬瓜のくず煮 しろなの錦糸和え みそ汁(若布・豆腐)	ご飯 ポークチャップ じゃが芋の炒め煮 カリフラワーのピクルス コンソメスープ(白菜・コーン)	ご飯 メバルの香味蒸し かぶの含め煮 青梗菜の和え物 みそ汁(えのき・絹さや)	ご飯 揚げ豆腐の野菜あん 切干大根の炒め煮 揚げ茄子 みそ汁(畑菜・麩)	ご飯 白身魚の照り焼き 白菜の炒り煮 スナップエンドウのサラダ みそ汁(卵・葱)	豚丼 さつま揚げと昆布の炒り煮 カリフラワーサラダ みそ汁(しろな・麩)	ご飯 あじの南蛮漬け 冬瓜の土佐煮 蒲鉾とほうれん草の和え物 お吸物(とろろ・豆苗)
間 食	クリームパン	オレンジゼリー	カステラ饅頭	カフェオレゼリー	レモンケーキ	青りんごゼリー	バームクーヘン
夕 食	麦ごはん 鶏肉の胡麻醤油焼き 茄子の味噌炒め 胡瓜の浅漬け みかん缶	ご飯 赤魚の揚げびたし れんこんの甘辛炒め ほうれん草としめじのおかか和え 茶福豆	ご飯 チキンピカタ いんげんのソテー マカロニサラダ リンゴ缶	ご飯 さばの山椒焼き ベーコンともやしの炒め物 小松菜のごま和え マンゴー缶	ご飯 豚肉の生姜焼き 南瓜の甘煮 胡瓜と竹輪の和え物 きやらぶき	ご飯 さんまの蒲焼き 小松菜の炒め物 もやしの和え物 フルーツカクテル	麦ごはん ハンバーグ ジャーマンポテト ブロッコリーサラダ 黄桃缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予 定 献 立

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝 食	ホタテ風味雑炊 <small>さつま揚げとかぶの煮物</small> キャベツサラダ うめびしお 牛乳	ご飯 とりつくね 春菊のお浸し みそ汁(若布・玉葱) 牛乳	ご飯 納豆 <small>ちくわと大根の炒め煮</small> みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 野菜炒め ポテトサラダ みそ汁(豆腐・絹さや) 牛乳	ご飯 <small>厚揚げと里芋の煮物</small> 青菜のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	食パン エビと青菜のソテー カリフラワーサラダ いちごジャム 牛乳	鮭雑炊 豆腐のそぼろがけ ほうれん草の和え物 たいみそ 牛乳
昼 食	中華風鶏塩うどん 春巻き 青梗菜の和え物 ゆずムース	ご飯 ひらすのみりん焼き 里芋の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(冬瓜・大根葉)	ポークカレー 野菜サラダ 福神漬け ヤクルト	ご飯 焼き肉 ひじきの炒め煮 白菜のポン酢和え みそ汁(卵・葱)	ご飯 白身魚のムニエル ハムともやしのソテー 野菜サラダ <small>コンソメスープ(ほうれん草・椎茸)</small>	ご飯 鶏肉の生姜焼き 茄子の含め煮 キャベツの酢味噌和え お吸物(素麺・貝割れ)	ご飯 めぬけの煮つけ ごぼうの甘辛炒め 大根の浅漬け みそ汁(揚げ・大根葉)
間 食	味噌饅頭	ロールケーキ	クレープ	ピーチゼリー	ココアワッフル	いちごムース	どら焼き
夕 食	ご飯 白身魚のマスタード焼き 豚肉と蓮根の味噌炒め しろなのなめたけ和え 金時豆	ご飯 和風卵焼き レバー炒め <small>ブロッコリーの柚子風味和え</small> みかん缶	ご飯 鶏肉の南部焼き ごぼうの炒り煮 もやしのおかか和え 昆布佃煮	ご飯 赤魚のおろし煮 れんこんの甘辛炒め 青梗菜の和え物 リンゴ缶	麦ごはん 豚肉の味噌漬け焼き かぶのくず煮 いんげんのごま和え しその実漬け	ご飯 めばるの香味焼き 大豆と昆布の炒り煮 白菜の和え物 オレンジ	ご飯 中華風卵焼き 焼きビーフン 青梗菜のナムル 杏仁フルーツ

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予 定 献 立

	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	25日(土)	26日(日)
朝 食	ご飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 <small>はんべんのバター醤油ソテー</small> 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・えのき) 牛乳	ご飯 焼豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(キャベツ・しめじ) 牛乳	ご飯 オムレツ オクラのなめたけ和え みそ汁(さつま芋・貝割れ) 牛乳	ご飯 イワシの蒲焼き 青菜のポン酢和え みそ汁(若布・葱) 牛乳	キャロットロール <small>じゃが芋とツナの炒め物</small> キャベツサラダ ママレード 牛乳	中華粥 黒酢の肉団子 オクラの湯葉和え たいみそ 牛乳
昼 食	◇敬老の日◇ 栗ご飯 ますの野菜あんかけ 高野豆腐の炊き合わせ 小松菜としめじのおろし和え あんみつ風味茶ゼリー 清汁(紅葉麩・三つ葉)	ご飯 鯖のカレー風味焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(青菜・若布)	麦ごはん <small>豚肉と野菜のオイスター炒め</small> かに焼売 春雨サラダ お吸物(花麩・葱)	きつねうどん から揚げ マカロニサラダ パインムース	ご飯 たらしのしそ塩麩焼き 茄子の味噌炒め いんげんのごま和え <small>コンソメスープ(ほうれん草・コーン)</small>	カツカレー ブロッコリーのマヨサラダ 福神漬け メロンゼリー みそ汁(玉葱・にら)	吉野家特製牛丼 青菜と大豆の白和え カリフラワーのカレー炒め みそ汁(里芋・絹さや)
間 食	モカロールケーキ	お月見饅頭	グレープゼリー	手作りおはぎ	きみしぐれ	ワッフル	きなこパンケーキ
夕 食	ご飯 豚肉のケチャップ焼き じゃが芋の含め煮 二色和え 黄桃缶	ご飯 親子煮 <small>青梗菜とツナの和え物</small> ごぼうの甘辛炒め きやらぶき	ご飯 あじの揚げ煮 <small>南瓜のそぼろあんかけ</small> しろなのわさび和え みかん缶	ご飯 さわらの玉葱ソース 青梗菜の煮浸し めかぶの和え物 リンゴ缶	ご飯 煮込みハンバーグ <small>エビとカリフラワーのソテー</small> フレンチサラダ 茶福豆	ご飯 白身魚の七味焼き かぶの土佐煮 小松菜の和え物 胡瓜漬け	ご飯 <small>赤魚の味噌漬け焼き</small> ツナのごまだれかけ 卵と青梗菜の炒め さつま芋の旨煮 大根の煮物 野菜と果物のゼリー

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

# 予 定 献 立

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)			
朝 食	<p>ご飯 野菜つみれの煮物 キャベツとしらすの生姜和え みそ汁(うまい菜・しめじ) 牛乳</p>	<p>ご飯 肉団子の和風あん 茄子のおろし醤油和え みそ汁(玉葱・椎茸) 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げの含め煮 青菜のおかか和え みそ汁(もやし・揚げ) 牛乳</p>	<p>かに風味雑炊 厚焼き玉子 ほうれん草のなめたけ和え たいみそ 牛乳</p>			
昼 食	<p>ご飯 ぶりの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 小松菜の磯和え みそ汁(麩・貝割れ)</p>	<p>海鮮タンメン 揚げ餃子 ほうれん草の中華和え いちごゼリー</p>	<p>ご飯 鶏肉の葱塩炒め ちくわとごぼうの炒り煮 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁(じゃが芋・しめじ)</p>	<p>ご飯 あじの竜田揚げ カリフラワー炒め コールスローサラダ みそ汁(卵・葱)</p>			
間 食	マドレーヌ	ドームケーキ(カスタード)	カステラ饅頭	芋羊羹			
夕 食	<p>ご飯 鶏肉の照り焼き 畑菜のソテー ポテトサラダ しその実漬け</p>	<p>ご飯 ふくさ焼き さつま芋の煮物 カリフラワーのゆかり和え 黄桃缶</p>	<p>麦ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き かぶの海老あんかけ いんげんのクルミ和え うぐいす豆</p>	<p>ご飯 豚肉と野菜の中華炒め 小松菜の煮浸し ザーサイ和え みかん缶</p>			

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。