

予 定 献 立

			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝 食			ご飯 いわしの蒲焼き とろろ フルーチェ 牛乳	ご飯 厚焼き玉子 豚肉と里芋の煮物 ヨーグルト 牛乳	ご飯 かつお味付け 五色なます フルーチェ 牛乳	食パン カニカマ入り卵 カリフラワーのおかか和え いちごジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 オクラの湯葉和え ヨーグルト 牛乳
昼 食			ご飯 スペイン風オムレツ 切干大根の煮物 ほうれん草の白和え ブドウゼリー	ご飯 さばの照り焼き 筑前煮 マカロニサラダ ジョア	ご飯 グリルチキン 里芋の含め煮 五目豆 ミルミル	ご飯 とりそぼろ ほうれん草のベーコンソテー ポテトサラダ 青りんごゼリー	ご飯 めぬけの煮つけ 卵の花 いんげんの白ごま和え ヤクルト
間 食			抹茶パンケーキ	いちごゼリー	ミニチョコパン	酒饅頭	きみしぐれ
夕 食			ご飯 甘酢から揚げ 豆のごまサラダ なすの煮浸し パイミン	ご飯 餃子 白菜の煮物 春雨サラダ オレンジ	ご飯 ミートボール ひじき煮 菜の花の湯葉和え 昆布佃煮	ご飯 ぶり照り焼き きんぴらごぼう 小松菜と人参のおひたし 洋梨缶	ご飯 豚肉と青梗菜のオイスター炒め かぼちゃのいとこ煮 もやしナムル ヤクルト

※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 温泉卵 ぜんまい煮 ヤクルト 牛乳	ご飯 里芋の鶏そぼろあん ごぼうサラダ プリン 牛乳	ご飯 いわしの蒲焼き とろろ フルーチェ 牛乳	ご飯 炒り豆腐 豚肉と里芋の煮物 ヨーグルト 牛乳	ご飯 かつお味付け 五色なます フルーチェ 牛乳	食パン カニカマ入り卵 カリフラワーのおかか和え いちごジャム 牛乳	ご飯 ウインナーとかぶのポトフ ツナとブロッコリーの和え物 みそ汁(豆腐・葱) 牛乳
昼 食	ご飯 照り焼きチキン マカロニサラダ さつま芋レモン煮 パインゼリー	ご飯 たらの煮付け いんげんときくらげの炒め物 コーンコールスロー 青梅ゼリー	ご飯 甘酢から揚げ 豆のごまサラダ なすの揚げびたし ブルーベリーゼリー	ご飯 餃子 白菜の煮物 春雨サラダ ジョア	ご飯 ミートボール ひじき煮 小松菜と人参のお浸し ミルミル	ご飯 ぶり照り焼き きんぴらごぼう 菜の花の湯葉和え マンゴーゼリー	ご飯 鯖の生姜煮 じゃこの炒め物 キャベツのフレンチサラダ お吸物(とろろ昆布・大根葉)
間 食	ドームケーキ	いちごババロア	マドレーヌ	抹茶ワッフル	ゴマプリン	ドームケーキ	いちご蒸しパン
夕 食	ご飯 あじの西京焼き ひじき煮 春菊と人参の和え物 黄桃缶	ご飯 牛肉の野菜巻き 五目豆 春雨サラダ たくあん	ご飯 スペイン風オムレツ 切干大根の煮物 ほうれん草の白和え パイミン	ご飯 さば照り焼き 筑前煮 マカロニサラダ オレンジ	ご飯 グリルチキン かぼちゃのいとこ煮 豆たっぷりサラダ 昆布佃煮	ご飯 鶏そぼろ ほうれん草ベーコンソテー ポテトサラダ 洋梨缶	ご飯 回鍋肉 焼売 小松菜のナムル うずら豆

※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	きのこ雑炊 厚焼き玉子 白菜の塩昆布和え たいみそ 牛乳	ご飯 ちくわと大根の煮物 オクラのお浸し みそ汁(しめじ・麩) 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーの和風和え みそ汁(青梗菜・えのき) 牛乳	ご飯 野菜つみれの含め煮 小松菜のお浸し みそ汁(里芋・大根葉) 牛乳	ご飯 納豆 しろなとはんぺんの煮物 みそ汁(さつまいも・豆苗) 牛乳	黒糖ロール 野菜炒め ごま和えサラダ ママレード 牛乳	ツナ雑炊 がんと里芋の煮物 温泉卵 のりつく 牛乳
昼 食	ご飯 鶏肉のタルタル焼き じゃが芋のバター炒め ピクルス <small>コンソメスープ(ほうれん草・マッシュルーム)</small>	ご飯 赤魚のホイル蒸し 厚揚げとふきの煮物 小松菜のなめたけ和え みそ汁(若布・葱)	キーマカレー キャロットサラダ 福神漬け マスカットゼリー	ご飯 白身魚のマスタード焼き さつまいも揚げと冬瓜の煮物 もやしのポン酢和え みそ汁(麩・葱)	きつねそば ミートボール(柚子おろし) マカロニサラダ いちごプリン	麦ごはん 白身魚の揚げびたし きざみ昆布の炒り煮 小松菜のわさび和え みそ汁(じゃが芋・葱)	ご飯 鶏肉の香味焼き なすの含め煮 もやしの和え物 みそ汁(若布・大根葉)
間 食	モモムース	ココアワッフル	味噌饅頭	カスタードケーキ	きなこパンケーキ	ロールケーキ	どら焼き
夕 食	ご飯 めばるの梅肉焼き 畑菜の煮浸し 冷奴 しば漬け	ご飯 煮込みハンバーグ もやしの炒め物 かぼちゃのサラダ みかん缶	ご飯 たらのムニエル さつまいも塩炒め いんげんの中華和え パイン缶	ご飯 鶏肉の玉葱ソース なすの味噌炒め 白菜のおかか和え 黄桃缶	ご飯 華風卵焼き あさりと青梗菜の炒め物 カリフラワーの和え物 桜大根	ご飯 五目旨煮 かに焼売 春雨サラダ バナナムース	ご飯 さわらの生姜煮 ごぼうの甘辛炒め 青梗菜の胡麻醤油和え マンゴー缶

※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

	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 じゃが芋のそぼろ炒め 春菊のお浸し みそ汁(白菜・えのき) 牛乳	ご飯 豆腐チャンプル ブロッコリーのマヨポン和え みそ汁(里芋・若布) 牛乳	ご飯 だし巻たまご 白菜の辛し和え みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳	ご飯 ほうれん草ソテー 大根サラダ みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳	菜飯雑炊 厚揚げの含め煮 菜の花のお浸し たいみそ 牛乳	キャロットロール 野菜つみれの煮物 小松菜の和え物 リンゴジャム 牛乳	ご飯 納豆 豚肉と大根の煮物 みそ汁(畑菜・麩) 牛乳
昼 食	ご飯 めばるの照り焼き 切干大根の炒め煮 ホタテと小松菜の和え物 みそ汁(キャベツ・かぶ葉)	❀春分の日❀ たけのこご飯 チキン南蛮 かぶのかにあんかけ 菜の花のお浸し みそ汁(しめじ・葱)	ご飯 めぬけの山椒焼き ひじきの五目煮 カリフラワーのおかか和え みそ汁(麩・玉葱)	もやしそば 春巻き 青梗菜ナムル ヤクルト	ご飯 ブリの塩麩焼き ふきと鶏肉の煮物 畑菜のごま和え みそ汁(卵・大根葉)	シーフードカレー コールスローサラダ 福神漬け いちご	ご飯 鶏肉のハニーマスタード焼き ツナとカリフラワーのソテー かぼちゃサラダ コンソメスープ(オクラ・マッシュルーム)
間 食	バームクーヘン	炭酸饅頭	マドレーヌ	グレープゼリー	プリン	焼きドーナツ	蒸しパン
夕 食	ご飯 牛肉のバター醤油炒め 冬瓜のコンソメ煮 胡瓜の浅漬け フルーツカクテル	ご飯 鯖の塩焼き れんこんきんぴら ほうれん草のピーナツ和え オレンジ	ご飯 豚肉の炒め物 ツナとじゃが芋の炒め物 イタリアンサラダ 洋梨缶	麦ごはん ほきのみりん焼き 茄子とピーマンの炒め物 トマトサラダ 昆布佃煮	ご飯 豚肉の生姜焼き 里芋の煮物 ブロッコリーの和え物 パイン缶	ご飯 白身魚の和風ムニエル 冬瓜くず煮 春雨サラダ 黄桃缶	ご飯 和風卵焼き 青梗菜の煮浸し かぶの浅漬け リンゴ缶

※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

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)		
朝 食	ご飯 ウイナーソテー 白菜の塩昆布和え みそ汁(もやし・揚げ) 牛乳	ご飯 <small>ツナと青梗菜の和風ソテー</small> 大根サラダ みそ汁(豆腐・絹さや) 牛乳	ご飯 にしんの梅煮 ほうれん草の和え物 みそ汁(白菜・オクラ) 牛乳	ホタテ風味雑炊 炒り豆腐 青梗菜のお浸し うめびしお 牛乳	ご飯 豚肉と白菜の煮物 オクラとろろ みそ汁(畑菜・麩) 牛乳		
昼 食	ご飯 赤魚の煮付け 蓮根と牛肉の炒め物 しろなのポン酢和え みそ汁(玉葱・豆苗)	ご飯 <small>豚肉とピーマンの炒め物</small> なすの含め煮 <small>カリフラワーのゆかり和え</small> お吸物(はんぺん・葱)	ご飯 フライ盛り合わせ かぶのポトフ グリーンサラダ みそ汁(しろな・麩)	ご飯 さばの味噌煮 切干大根の炒め煮 菜の花の辛し和え かきたま汁	肉うどん <small>ちくわとポテトのサラダ</small> キャベツのごま風味和え ビタミンゼリー		
間 食	カフェオレゼリー	レモンケーキ	ピーチゼリー	今川焼	ずんだどら焼き		
夕 食	ご飯 ミートローフ ジャーマンポテト ほうれん草サラダ ゆずムース	ご飯 <small>エビと厚揚げの旨煮</small> かに焼売 <small>チキンと小松菜の中華和え</small> マンゴー缶	ご飯 親子煮 きんぴらごぼう <small>もやしと畑菜の和え物</small> フルーツカクテル	ご飯 焼き肉 冬瓜の信田煮 マカロニサラダ しば漬け	ご飯 ぶりの生姜煮 <small>もやしのカレーソテー</small> ブロッコリーサラダ 洋梨缶		

※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。