

予 定 献 立

					1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝 食					きのご雑炊 がんとかぶの煮物 春菊のおかか和え のりつく 牛乳	食パン チキンオムレツ ポテトサラダ リンゴジャム 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
昼 食					ご飯 牛肉の柚子醤油炒め 小松菜のソテー コールスローサラダ みそ汁(豆腐・豆苗)	ご飯 たらの七味焼き かぼちやの煮物 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(白菜・えのき)	麦ごはん 揚げ豆腐の野菜あん さつま芋のレモン煮 小松菜のお浸し みそ汁(もやし・麩)
間 食					レアチーズムース	シュークリーム	吹雪まんじゅう
夕 食					ご飯 さばの生姜煮 もやしのソテー なすの中華和え マンゴー缶	ご飯 和風卵焼き ひじきの煮物 春雨サラダ フルーツカクテル	ご飯 白身魚の味噌焼き かぶとつみれの炊き合わせ 畑菜のからし和え しその実漬け

※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

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝 食	ご飯 厚揚げの甘辛煮 オクラの和風サラダ みそ汁(冬瓜・葱) 牛乳	ご飯 納豆 小松菜のソテー みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳	ご飯 角天の煮物 しらすと青菜の生姜和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	かに風味雑炊 野菜炒め 温泉卵 うめびしお 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 とろろ和え みそ汁(うまい菜・えのき) 牛乳	バターロール ジャガイモのそぼろ炒め 青菜のおかか和え いちごジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 オクラとしらすの和え物 みそ汁(じゃが芋・しめじ) 牛乳
昼 食	ご飯 しいらの梅肉焼き 牛肉の炒め物 キャベツの磯和え お吸物(青梗菜・えのき)	ポークカレー ブロッコリーサラダ 福神漬け ヤクルト	ご飯 銀鱈の塩麴焼き 冬瓜のくず煮 しろなと蒲鉾の和え物 みそ汁(若布・葱)	ご飯 ポークチャップ ジャガイモの煮物 カリフラワーのゆかり和え コンソメスープ(白菜・コーン)	ご飯 白身魚のナッツ焼き かぶの含め煮 青梗菜の和え物 みそ汁(さつま芋・豆苗)	おかめそば エビ焼売 揚げ茄子の中華和え ピーチゼリー	麦ごはん 白身魚のみりん焼き 野菜サラダ 白菜の旨煮 みそ汁(かぶ・葱)
間 食	パインゼリー	抹茶ワッフル	チョコババロア	カステラまんじゅう	バームクーヘン	黒糖饅頭	焼きドーナツ
夕 食	ご飯 鶏肉のチーズ焼き 里芋の煮ころがし ほうれん草の和え物 黄桃缶	ご飯 赤魚のバターボン酢焼き 五目豆腐 白菜の中華和え たくあん	麦ごはん 鶏肉の胡麻醤油焼き なすの含め煮 胡瓜の浅漬け みかん缶	ご飯 ほきの揚げびたし れんこんのピリ辛炒め マカロニサラダ つぼ漬け	ご飯 チキンピカタ いんげんのソテー 畑菜としめじのボン酢和え リンゴ缶	ご飯 鯖の味噌煮 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 かぼちゃの甘煮 胡瓜と若布の和え物 きやらぶき

※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

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝 食	<p>ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーのからしマヨ和え みそ汁(しろな・麩) 牛乳</p>	<p>ご飯 さつま揚げとかぶの煮物 白菜の海苔和え みそ汁(さつま芋・玉葱) 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 豚肉と大根の炒り煮 みそ汁(畑菜・麩) 牛乳</p>	<p>ホタテ風味雑炊 チキンボールのコンソメ煮 春菊のお浸し たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 エビの卵とじ ブロッコリーのサラダ みそ汁(しめじ・揚げ) 牛乳</p>	<p>食パン 野菜炒め ポテトサラダ ママレードジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げと里芋の煮物 青菜のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳</p>
昼 食	<p>エビピラフ コーンコロケ ほうれん草のバターソテー 野菜サラダ コンソメスープ(いんげん・しめじ)</p>	<p>ご飯 あじの南蛮漬け 豚肉とれんこんの味噌炒め 蒲鉾と青梗菜の和え物 お吸物(オクラ・とろろ)</p>	<p>ご飯 ぶりの照り焼き 里芋の煮物 小松菜のわさび和え みそ汁(かぶ・大根葉)</p>	<p>ご飯 麻婆豆腐 春巻き 春雨サラダ 中華スープ(青梗菜・人参)</p>	<p>ビーフカレー グリーンサラダ 福神漬け ジョア</p>	<p>ご飯 鶏肉のケチャップ焼き ひじきの煮物 白菜のゆず和え みそ汁(若布・豆苗)</p>	<p>ご飯 白身魚のムニエル ハムともやしのソテー さつま芋サラダ コンソメスープ(ほうれん草・マッシュルーム)</p>
間 食	青りんごゼリー	チョコパイ	味噌饅頭	ロールケーキ	和風パンケーキ	抹茶ババロア	どら焼き
夕 食	<p>ご飯 たらの野菜あんかけ ごぼうとあさりの炒め煮 大根の甘酢漬け 昆布豆</p>	<p>麦ごはん ハンバーグ ジャーマンポテト レタスの胡麻ドレサラダ 黄桃缶</p>	<p>ご飯 かに入り卵焼き和風あんかけ 冬瓜の土佐煮 しろなのなめたけ和え パイン缶</p>	<p>ご飯 白身魚のマスタード焼き レバー炒め 白菜ときのこの和風和え みかん缶</p>	<p>ご飯 たらの南部焼き ちくわとごぼうの旨煮 もやしのおかか和え うぐいす豆</p>	<p>ご飯 赤魚の揚げおろし煮 れんこんのそぼろ炒め 青梗菜の青じそ和え リンゴ缶</p>	<p>麦ごはん 豚肉のにんにく醤油炒め かぶのくず煮 小松菜の中華和え しその実漬け</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。

予 定 献 立

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝 食	ご飯 <small>はんべんのバター醤油ソテー</small> カリフラワーサラダ みそ汁(うまい菜・麩) 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろかけ ほうれん草の磯和え みそ汁(えのき・豆苗) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・麩) たいみそ	菜飯雑炊 野菜炒め ポテトサラダ のりつく 牛乳	ご飯 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(キャベツ・しめじ) 牛乳	キャロットロール オムレツ マカロニサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 いわしの蒲焼き 青菜のポン酢和え みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳
昼 食	☆敬老の日☆ きのごご飯 鮭の西京焼き 茶碗蒸し いんげんのごま和え モンブラン	きつねうどん レバーの煮付け キャベツの酢味噌和え パインムース	ご飯 焼き肉風炒め かぶの煮物 スパゲティサラダ みそ汁(しめじ・大根菜)	ご飯 サバのカレー風味焼き 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 中華スープ	ご飯 めばるの香味焼き れんこんの炒り煮 もやしの和え物 みそ汁(じゃが芋・揚げ)	ご飯 煮込みハンバーグ <small>えびとカリフラワーのソテー</small> ミモザサラダ <small>コンソメスープ(ほうれん草・コーン)</small>
間 食	まんじゅう	クリームパン	おはぎ	チョコパイ	もみじ饅頭	和のパンケーキ	喫茶
夕 食	ご飯 鶏肉の生姜焼き 大豆と昆布の煮物 白菜の和え物 しば漬け	ご飯 中華風卵焼き 焼きビーフン 青梗菜のナムル フルーツカクテル	麦ごはん あじの蒲焼き ジャガイモの含め煮 二色和え 黄桃缶	ご飯 親子煮 ごぼうの甘辛炒め 小松菜とツナの和え物 バナナムース	ご飯 金目鯛の煮付け かぼちゃの煮物 しろなのわさび和え つぼ漬け	ご飯 豚肉の玉葱ソース 青梗菜の煮浸し オクラのなめたけ和え パイン缶	ご飯 たらのしそ塩麩焼き なすの味噌炒め 白菜のゆず風味 茶福豆

※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

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
朝 食	<p>ご飯 厚揚げの含め煮 青梗菜のなめたけ和え みそ汁(しろな・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(もやし・水菜) 牛乳</p>	<p>ツナ雑炊 野菜つみれの煮物 キャベツとしらすの生姜和え たいみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 和風包み焼き なすの和風和え みそ汁(玉葱・椎茸) 牛乳</p>	<p>ご飯 スクランブルエッグ 青菜のフレンチ和え みそ汁(豆腐・揚げ) 牛乳</p>	<p>食パン ジャガイモとツナの炒め物 パンプキンサラダ いちごジャム 牛乳</p>	
昼 食	<p>カツカレー マカロニサラダ 福神漬け ヤクルト</p>	<p>ご飯 豚肉のポン酢炒め 里芋の煮っころがし いんげんのごま和え みそ汁(白菜・揚げ)</p>	<p>ご飯 ぶりの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 小松菜としめじのからし醤油 みそ汁(麩・豆苗)</p>	<p>海鮮タンメン 揚げ餃子 ほうれん草のナムル いちごゼリー</p>	<p>ご飯 鶏肉の葱塩炒め ちくわとごぼうの旨煮 ブロッコリーとコーンのサラダ みそ汁(里芋・水菜)</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	<p>バニラクレープ</p>	<p>ストロベリームース</p>	<p>人形焼き</p>	<p>カスタードケーキ</p>	<p>月見饅頭</p>	<p>芋羊羹</p>	
夕 食	<p>ご飯 白身魚の七味焼き ぜんまい煮 小松菜の和え物 マンゴー缶</p>	<p>麦ごはん めぬけの山椒焼き ごぼうの甘辛炒め ほうれん草の磯和え オレンジ</p>	<p>ご飯 ふくさ焼き 青梗菜のソテー ポテトサラダ しその実漬け</p>	<p>ご飯 鶏肉の味噌焼き さつまいもの煮物 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 かぶのかにあんかけ いんげんのクルミ和え うぐいす豆</p>	<p>ご飯 豚肉ともやしの炒め物 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。