

予 定 献 立

			1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)
朝 食			ご飯 野菜炒め ポテトサラダ みそ汁(豆腐・絹さや) 牛乳	洋風粥 角天の炒り煮 青菜のお浸し のりつく 牛乳	ご飯 豆腐のそぼろかけ ほうれん草の和え物 みそ汁(オクラ・えのき) 牛乳	黒糖ロール スクランブルエッグ カリフラワーサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳
昼 食			ご飯 焼き肉風 ひじきの煮物 白菜のゆず和え 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 コンソメスープ(ほうれん草・椎茸)	ご飯 豚肉の生姜焼き風 なすの含め煮 キャベツの酢味噌和え お吸物(素麺・豆苗)	ご飯 たらの揚げ煮 ごぼうの甘辛炒め 大根の浅漬け みそ汁(里芋・大根葉)	カツカレー ブロッコリーサラダ 福神漬け ヤクルト
間 食			コーヒーゼリー	吹雪まんじゅう	ピーチムース	どら焼き	いちごムース
夕 食			ご飯 赤魚の揚げ煮 れんこんきんぴら 青梗菜の青じそ和え リンゴ缶	麦ごはん 豚肉の味噌漬け炒め 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 豚肉の中華炒め 青梗菜の煮浸し 春雨サラダ パイ缶	麦ごはん 白身魚のちゃんちゃん焼き かぶの洋風煮 青菜の白和え 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

	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 はんぺんの煮物 春菊のおかか和え みそ汁(さつま芋・玉葱) 牛乳	ご飯 高野豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(白菜・しめじ) 牛乳	ご飯 野菜炒め 温泉卵 みそ汁(麩・豆苗) 牛乳	ツナ雑炊 炒り豆腐 青菜の磯和え ゆずみそ 牛乳	ご飯 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(しろな・若布) 牛乳	食パン <small>じゃが芋とツナの炒めもの</small> もやしサラダ いちごジャム 牛乳	ご飯 つみれの煮物 <small>きやべつとしらすの生姜和え</small> みそ汁(うまい菜・しめじ) 牛乳
昼 食	ご飯 ブリの柚庵焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーの甘酢漬け お吸物(とろろ・オクラ)	味噌ラーメン 揚げ餃子 青菜の中華和え ゆずムース	ご飯 あじの漬け焼き れんこんの炒り煮 大根の甘酢漬け みそ汁(しろな・揚げ)	ご飯 煮込みハンバーグ カリフラワーソテー ミモザサラダ <small>コンソメスープ(ほうれん草・コーン)</small>	ご飯 白身魚の七味焼き ぜんまい煮 粉網の和え物 みそ汁(玉葱・かぶ葉)	ご飯 豚肉のポン酢炒め 里芋の煮ころがし いんげんのピーナツ和え みそ汁(白菜・揚げ)	ご飯 さばのカレー風味焼き 冬瓜の桜エビあん ブロッコリーの和え物 みそ汁(麩・豆苗)
間 食	チョコパイ	きなこのパンケーキ	人形焼き	モカロールケーキ	チョコババロア	カスタードケーキ	抹茶のパンケーキ
夕 食	ご飯 親子煮 里芋の煮ころがし 小松菜とツナの和え物 きやらぶき	ご飯 サバの塩レモン焼き なすの含め煮 マカロニサラダ たくあん	ご飯 鶏肉の玉葱ソース 青菜のソテー 雌株の和え物 フルーツカクテル	ご飯 たらのしそ塩麩焼き なすの味噌炒め オクラのポン酢和え 茶福豆	ご飯 とんかつ マカロニソテー ブロッコリーのマヨサラダ マンゴー缶	麦ごはん しいらの山椒煮 ごぼうの甘辛炒め ほうれん草の磯和え 白桃缶	ご飯 ふくさ焼き 青梗菜のソテー 春雨サラダ 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

	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)
朝 食	ご飯 和風包み焼き なすの和風和え みそ汁(玉葱・若布) 牛乳	菜飯雑炊 厚焼き卵 青菜のおかか和え たいみそ 牛乳	ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(かぶ・大根葉) 牛乳	ご飯 チキンボール炒め 大根の柚子風味和え みそ汁(青梗菜・麩) 牛乳	ご飯 さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・葱) 牛乳	キャロットロール <small>魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮</small> いんげんのごま醤油和え ママレードジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 <small>ブロッコリーとツナのサラダ</small> みそ汁(玉葱・麩) 牛乳
昼 食	ミートソーススパゲティ レタスのサラダ <small>コンソメスープ(うまい菜・えのき)</small> いちごゼリー	ご飯 鶏肉の葱塩炒め ちくわとごぼうの旨煮 ブロッコリーのサラダ みそ汁(里芋・しめじ)	シーフードカレー コールスローサラダ 福神漬け ジョア	ご飯 肉豆腐 温泉卵 <small>しろなのからし和え</small> みそ汁(冬瓜・椎茸)	ご飯 さばの山椒煮 れんこんきんぴら かぶの塩昆布和え お吸物(素麺・大根葉)	ご飯 松風焼き 里芋の煮物 なすのポン酢和え お吸物(はんぺん・豆苗)	麦ごはん <small>銀ひらすの和風ムニエル</small> 大根とさつま揚げの煮物 小松菜の和え物 みそ汁(白菜・若布)
間 食	味噌饅頭	ドームケーキ(カスタード)	レアチーズムース	マドレーヌ	もみじ饅頭	抹茶ババロア	焼きドーナツ(チョコ)
夕 食	ご飯 あじの香味焼き さつま芋の煮物 <small>カリフラワーのゆかり和え</small> 黄桃缶	麦ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き なすの含め煮 いんげんのごまサラダ うぐいす豆	ご飯 豚肉ともやしの炒め物 小松菜の煮浸し パンプキンサラダ みかん缶	ご飯 赤魚のみりん焼き ひじきの煮物 白菜のお浸し パイン缶	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き マカロニのケチャップソテー グリーンサラダ リンゴ缶	ご飯 白身魚のフライ <small>えびとほうれん草の炒め物</small> もやしのサラダ カツオおかか	ご飯 <small>豚肉のにんにく醤油炒め</small> かぼちゃの甘煮 カリフラワーの甘酢漬け オレンジ

※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	ホタテ風味雑炊 野菜つみれの煮物 オクラの生姜和え のりつく 牛乳	ご飯 <small>はんべんのバター醤油ソテー</small> ほうれん草のツナ和え みそ汁(卵・葱) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 とろろ和え <small>みそ汁(玉葱・いんげん)</small> 牛乳	ご飯 <small>ウインナーと野菜のケチャップ炒め</small> オクラのなめたけ和え みそ汁(若布・麩) 牛乳	ご飯 納豆 <small>しろなとさつま揚げの煮浸し</small> みそ汁(じゃが芋・三つ葉) 牛乳	食パン オムレツ 大根の胡麻醤油和え リンゴジャム 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁(若布・葱) 牛乳
昼 食	ご飯 チキンチャップ さつま芋のレモン煮 スパゲティサラダ <small>コンソメスープ(畑菜・コーン)</small>	ご飯 ブリの照り焼き かぶと油揚げの含め煮 いんげんのごま和え みそ汁(じゃが芋・大根葉)	麦ごはん <small>鶏肉の柚子醤油ソース</small> ごぼうの炒り煮 青梗菜の中華和え みそ汁(もやし・にら)	勤労感謝の日 五日炊き込みご飯 鮭の照り煮 茶碗蒸し 春菊のごま和え バスクチーズケーキ	ご飯 あじの漬け焼き 厚揚げのくず煮 もやしの和え物 みそ汁(さつま芋・葱)	カレーうどん 春巻き <small>青菜の柚子ポン酢和え</small> ぶどうゼリー	中華飯 焼きビーフン ザーサイ和え <small>中華スープ(冬瓜・大根葉)</small>
間 食	カスタードケーキ	吹雪まんじゅう	クリームパン	青りんごゼリー	かすてらまんじゅう	ずんだどら焼き	喫茶
夕 食	ご飯 めぬけのおろし煮 なすの味噌炒め 青梗菜の白和え バナナムース	ご飯 フライの盛り合わせ <small>あさりとカリフラワーのコンソメ煮</small> 胡瓜の浅漬け 昆布豆	ご飯 めばるの生姜煮 豚バラ大根 青菜のおかか和え うずら豆	ご飯 回鍋肉 かに焼売 春雨サラダ みかん缶	ご飯 干草焼き 冬瓜の土佐煮 白菜のからし和え パイン缶	ご飯 <small>白身魚のトマトソースかけ</small> かぼちゃの甘煮 しろなのわさび和え しその実漬け	麦ごはん ほきの煮付け レバー炒め <small>ほうれん草の和え物</small> 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

	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)			
朝 食	<p>ご飯 いわしの蒲焼き なすの和風サラダ みそ汁(えのき・水菜) 牛乳</p>	<p>ご飯 フィッシュソーセージのソテー ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(麩・若布) 牛乳</p>	<p>きのこ雑炊 里芋と角天の含め煮 青菜の胡麻醤油和え みそ汁(豆腐・三つ葉) 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げの煮物 いんげんのクルミ和え みそ汁(じゃが芋・大根葉) 牛乳</p>			
昼 食	<p>ご飯 牛肉のしぐれ煮 あさりと青梗菜の炒め物 キャロットサラダ みそ汁(揚げ・かぶ葉)</p>	<p>ご飯 めぬけの照り焼き 肉じゃが 胡瓜の浅漬け みそ汁(うまい菜・椎茸)</p>	<p>ご飯 ブリ大根 れんこんきんぴら さつま芋サラダ お吸物(とろろ・オクラ)</p>	<p>ご飯 鶏肉の塩麴揚げ あさりとカリフラワーのコンソメ煮 マカロニサラダ コンソメスープ(玉葱・コーン)</p>			
間 食	ヨーグルトババロア	クリームパン	水ようかん	バームクーヘン			
夕 食	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ かぼちゃの煮物 キャベツのゆかり和え きやらぶき</p>	<p>ご飯 揚げ鶏のタルタルソース もやしのソテー 野菜サラダ フルーツカクテル</p>	<p>ご飯 お好み焼き風卵焼き ブロッコリーのかにあんかけ 白菜のナムル 黄桃缶</p>	<p>ご飯 たらの西京焼き なすの揚げびたし ほうれん草の柚子風味 パインムース</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。