

予 定 献 立

						1日(土)	2日(日)
朝 食						バターロール 厚焼き卵 小松菜のお浸し ママレードジャム 牛乳	きのこ雑炊 厚揚げの葱あんかけ オクラの胡麻醤油和え たいみそ 牛乳
昼 食						ご飯 白身魚の野菜あんかけ 牛肉れんこんきんぴら いんげんのピーナツ和え みそ汁(椎茸・麩)	三食丼 大根の柚子味噌かけ キャロットサラダ お吸物(素麺・大根葉)
間 食						どら焼き	ヨーグルトババロア
夕 食						麦ごはん 鶏肉の竜田揚げ ちくわとしろなの煮浸し レタスサラダ マンゴー缶	ご飯 あじの蒲焼き なすの含め煮 白菜の韓国風和え物 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

	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)
朝食	<p>ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ みそ汁(豆腐・玉葱) 牛乳</p>	<p>ご飯 がんもの煮物 白菜のお浸し みそ汁(畑菜・麩) 牛乳</p>	<p>ご飯 ちくわの炒り煮 春菊のおかか和え みそ汁(里芋・えのき) 牛乳</p>	<p>かに風味雑炊 炒り豆腐 ほうれん草のピーナツ和え のりつく 牛乳</p>	<p>ご飯 スープ煮 オクラのなめたけ和え みそ汁(しろな・絹さや) 牛乳</p>	<p>食パン オムレツ 青菜の胡麻和え リンゴジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 さつま揚げといんげんの炒め物 みそ汁(里芋・若布) 牛乳</p>
昼食	<p>☆節分☆ 恵方巻・稲荷寿司 イワシの蒲焼き ひじきの煮物 お吸物(花麩・若布)</p>	<p>ご飯 豚肉の南部炒め 小松菜と厚揚げの煮浸し マカロニサラダ コンソメスープ(玉葱・コーン)</p>	<p>麦ごはん チキンカレー 野菜サラダ 福神漬け ゆずムース</p>	<p>ご飯 白身魚の味噌チーズ焼き ハムと小松菜のソテー 豆たっぷりサラダ みそ汁(冬瓜・麩)</p>	<p>味噌バターラーメン 春巻き 青梗菜のナムル ぶどうゼリー</p>	<p>ご飯 ハンバーグ カリフラワーソテー グリーンサラダ コンソメスープ(しめじ・人参)</p>	<p>ご飯 揚げ豆腐の野菜あん えびとキャベツの炒め物 もやしのわさび和え みそ汁(冬瓜・大根葉)</p>
間食	きなこムース	チョコパイ	レモンケーキ	黒糖饅頭	モカロール	カスタードケーキ	パインゼリー
夕食	<p>ご飯 鶏肉のカレー風味焼き 冬瓜のくず煮 もやしの和え物 茶福豆</p>	<p>ご飯 赤魚のさっぱり煮 切干大根の炒め煮 しろなの柚子醤油和え 洋梨缶</p>	<p>ご飯 さばのみりん焼き 大豆とひじきの煮物 青梗菜の和え物 パイン缶</p>	<p>ご飯 和風卵焼き かぼちゃ煮 なすの和風サラダ 黄桃缶</p>	<p>ご飯 焼き肉風炒め じゃが芋の含め煮 畑菜のお浸し リンゴ缶</p>	<p>麦ごはん めばるの煮付け レバーと玉葱の炒め物 小松菜のポン酢和え 昆布佃煮</p>	<p>ご飯 ますの生姜醤油焼き 青梗菜の煮浸し かぶのしそ風味和え うずら豆</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

	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝食	<p>ご飯 白菜とツナの炒め物 温泉卵 みそ汁(ほうれん草・椎茸) 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜つみれの煮物 華別のゆかり和え みそ汁(うまい菜・麩) 牛乳</p>	<p>ホタテ風味雑炊 冬瓜とさつま揚げの炒め煮 なすのお浸し ゆずみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 カニカマ入りふんわり卵 青菜のおかか和え みそ汁(じゃが芋・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 厚揚げの含め煮 ほうれん草の磯和え みそ汁(もやし・大根葉) 牛乳</p>	<p>黒糖ロール ミートボールのコンソメ煮 しろなのからし和え いちごジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 高野豆腐の卵とじ 小松菜のクルミ和え みそ汁(里芋・葱) 牛乳</p>
昼食	<p>麦ごはん あじの和風ムニエル ごぼうの炒り煮 小松菜の和風和え お吸物(とろろ・葱)</p>	<p>ご飯 鶏肉の磯辺揚げ 青梗菜炒め アズパラサラダ みそ汁(かぶ・絹さや)</p>	<p>ご飯 白身魚のパン粉焼き きざみ昆布の炒り煮 かぼちゃサラダ みそ汁(小松菜・しめじ)</p>	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ れんこんきんぴら 白菜とたくあんの和え物 みそ汁(大根・かぶ葉)</p>	<p>麦ごはん 白身魚のマスタード焼き かぶの煮物 春雨サラダ みそ汁(小松菜・麩)</p>	<p>カレーうどん エビ焼売 さつま芋サラダ いちごゼリー</p>	<p>☆お祝い膳☆ 赤飯 天ぷら盛り合わせ 菜の花の和え物 茶碗蒸し ティラミスケーキ</p>
間食	バナナクリームサンド	チョコパイ	うさぎまんじゅう	芋羊羹	チョコバーム	あんぱん	炭酸饅頭
夕食	<p>ご飯 筍と豚肉の炒め物 かに焼売 しろなのナムル うぐいす豆</p>	<p>ご飯 かに入り卵焼き和風あんかけ さつま芋のレモン煮 ブロッコリーの香味和え ゆずムース</p>	<p>ご飯 豚肉の味噌炒め 冬瓜の海老あんかけ もやしの柚子醤油和え みかん缶</p>	<p>ご飯 さばの生姜煮 キャベツのベーコンソテー カリフラワーの甘酢漬け 洋梨缶</p>	<p>ご飯 ポークチャップ ソーセージと青梗菜のソテー 人参サラダ パイン缶</p>	<p>ご飯 ますの塩麴焼き ちくわとごぼうの甘辛炒め 白菜の浅漬け 黄桃缶</p>	<p>ご飯 豚肉のポン酢炒め かぶの水晶煮 青菜としめじのお浸し つぼ漬け</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

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝食	菜飯雑炊 炒り豆腐 春菊のごまよごし うめびしお 牛乳	ご飯 野菜炒め ブロッコリーのツナ和え みそ汁(卵・えのき) 牛乳	ご飯 がんもの煮物 オクラのお浸し みそ汁(しろな・麩) 牛乳	ご飯 オムレツ ほうれん草のお浸し みそ汁(もやし・しめじ) 牛乳	ご飯 さつま揚げと里芋の煮物 青梗菜のマヨネーズ和え みそ汁(白菜・葱) 牛乳	食パン スープ煮 オクラのなめたけ和え リンゴジャム 牛乳	ご飯 納豆 ちくわとしろなの煮浸し みそ汁(さつま芋・えのき) 牛乳
昼食	ご飯 松風焼き さつま芋の甘煮 もやしの和風マヨ和え お吸物(素麺・大根葉)	ご飯 あじのおろし煮 かぼちゃの煮物 小松菜の和え物 みそ汁(かぶ・葱)	ご飯 鶏肉のオニオンソースかけ スパゲティサラダ 大根と竹輪の炒め煮 コンソメスープ(マッシュルーム・コーン)	ご飯 メルルーサのバター醤油焼き さつま芋と昆布の煮物 畑菜の胡麻和え みそ汁(冬瓜・葱)	ご飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の含め煮 かぶの浅漬け みそ汁(麩・若布)	ご飯 さばの漬け焼き ごぼうの炒り煮 ブロッコリーの和風和え みそ汁(玉葱・大根葉)	ご飯 豚肉のハニーマスタード焼き ほうれん草のソテー もやしのサラダ コンソメスープ(白菜・水菜)
間食	人形焼き	いちごロール	ライチゼリー	クリームパン	炭酸饅頭	ずんだどら焼き	パインゼリー
夕食	ご飯 赤魚の柚庵焼 大豆とひじきの煮物 ほうれん草の和え物 みかん缶	ご飯 回鍋肉 かに焼売 畑菜のナムル 茶福豆	麦ごはん たらの揚げびたし じゃが芋の含め煮 白菜のわさび和え づぼ漬け	ご飯 彩り擬製豆腐 焼きビーフン カリフラワーの中華和え 杏仁ムース	ご飯 カレイの山椒煮 なすとピーマンの炒め物 しろなのおかか和え みかん缶	麦ごはん 鶏肉の葱塩焼き 冬瓜のくず煮 野菜サラダ 洋梨缶	ご飯 白身魚の味噌マヨ焼き ひじきの五目煮 キャベツの和え物 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

	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)		
朝 食	ご飯 イワシの蒲焼き オクラの胡麻醤油和え みそ汁(畑菜・椎茸) 牛乳	ご飯 ミートボールソテー カリフラワーサラダ みそ汁(もやし・揚げ) 牛乳	ご飯 京がんもの煮物 春菊の和風マヨ和え みそ汁(キャベツ・麩) 牛乳	洋風粥 ちくわの炒め煮 ほうれん草とツナの和え物 のりつく 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ オクラのお浸し みそ汁(豆腐・大根葉) 牛乳		
昼 食	ほうとう風うどん ブロッコリーの和え物 春巻き マスカットゼリー	ポークカレー コールスローサラダ 福神漬け 乳酸菌飲料	ご飯 牛肉と野菜のオイスター炒め 春巻き 青梗菜の中華和え 中華スープ(卵・若布)	ご飯 サーモンのムニエル ハムともやしの炒め物 フルーツカクテル コンソメスープ(畑菜・人参)	麦ごはん 白身魚のさらさ焼き 里芋の煮物 白菜の生姜醤油和え みそ汁(あさり・葱)		
間 食	モカロールケーキ	抹茶ゼリー	味噌饅頭	チョコクレープ	水ようかん		
夕 食	ご飯 ベーコンのキッシュ マカロニのバター炒め うまい菜の和え物 胡瓜漬け	麦ごはん たらの野菜蒸 つみれと冬瓜の煮物 白菜のごまポン酢和え ピーチムース	ご飯 赤魚の煮付け 厚揚げと大根の味噌炒め 胡瓜の塩昆布漬け みかん缶	ご飯 鶏肉の生姜焼き なすの揚げびたし 小松菜のピーナツ和え しその実漬け	ご飯 フライ盛り合わせ 豚肉とかぶの旨煮 キャロットラペ 昆布豆		

※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。