

立 献 定 予

						1日(土)	2日(日)
朝 食						キャロットロール 五目がんもの煮物 カリフラワーサラダ ママレードジャム 牛乳	ご飯 こうやたまご巻 二色和え みそ汁(玉葱・揚げ) 牛乳
昼 食						牛丼 ちくわとふきの炒め煮 畑菜の胡麻和え みそ汁(かぶ・かぶ葉)	ご飯 さばの味噌煮 なすとピーマンの炒め煮 もやしの和え物 お吸物(豆腐・ほうれん草)
間 食						チョコパイ	あんぱん
夕 食						ご飯 あじの山椒焼き 若竹煮 マカロニサラダ 洋梨缶	麦ごはん 鶏肉の塩麴焼き かぼちゃの煮物 おくらのおかか和え 白桃缶

※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

	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)
朝 食	ご飯 さつま揚げの煮物 大根のゆかり和え みそ汁(キャベツ・えのき) 牛乳	かに風味雑炊 オムレツ和風あんかけ 白菜の磯和え のりつく 牛乳	ご飯 イワシの蒲焼き 菜の花の和え物 みそ汁(大根・かぶ葉) 牛乳	ご飯 納豆 しろなと竹輪の煮浸し みそ汁(もやし・若布) 牛乳	ご飯 はんぺんの煮物 茄子のポン酢和え みそ汁(キャベツ・豆苗) 牛乳	食パン とりつくね ポテトサラダ リンゴジャム 牛乳	ご飯 つみれと里芋の煮物 菜の花のお浸し みそ汁(玉葱・大根葉) 牛乳
昼 食	☆ひな祭り☆ ちらし寿司 かぶのくず煮 筍の木の芽和え いちごモンブラン	ご飯 白身魚のマヨネーズ焼き 厚揚げ煮 さつま芋サラダ みそ汁(麩・若布)	カレーうどん 野菜のソテー キャベツの柚子サラダ ピーチゼリー	ご飯 鶏肉の生姜焼き さつま芋の煮物 白菜の青じそマヨ和え お吸物(卵・大根葉)	麦ごはん 金目鯛の煮つけ 炒り豆腐 小松菜のお浸し みそ汁(麩・葱)	高菜チャーハン 焼き餃子 春雨サラダ 中華スープ(青梗菜・コーン)	ご飯 牛肉のしぐれ煮 温泉卵 コールスローサラダ みそ汁(しろな・麩)
間 食	お雛様まんじゅう	レアチーズムース	炭酸饅頭	ドームケーキ	酒饅頭	カステラまんじゅう	レモンケーキ
夕 食	ご飯 サーモンのバター焼き れんこんきんぴら ブロッコリーとコーンのサラダ 金時豆	麦ごはん 青椒肉絲 エビ焼売 畑菜ともやしのナムル マンゴー缶	ご飯 ふくさ焼き 豚肉とごぼうの旨煮 いんげんのごま和え みかん缶	麦ごはん たらのごまだれからめ ほうれん草のソテー かぶの浅漬け パイン缶	ご飯 豚肉の玉葱ソース炒め 冬瓜のかにあんかけ カリフラワーの和風和え 茶福豆	ご飯 白身魚の照り焼き れんこんの炒り煮 畑菜の胡麻和え 黄桃缶	麦ごはん 擬製豆腐 もやしのカレーソテー 白菜の香味和え 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。

立 献 定 予

	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)
朝 食	ご飯 卵とし カリフラワーの青じそ和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	菜飯雑炊 厚揚げの治部煮 青梗菜の生姜和え うめびしお 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	ご飯 厚焼き卵 白菜の塩昆布和え みそ汁(青梗菜・揚げ) 牛乳	ご飯 ちくわと大根の煮物 オクラのお浸し みそ汁(平茸・麩) 牛乳	バターロール ミートボールの煮物 カリフラワーの和風和え いちごジャム 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ 小松菜のお浸し みそ汁(じゃが芋・大根葉) 牛乳
昼 食	ご飯 鶏肉のケチャップ焼き ひじきの煮物 スナッフエンドウのサラダ みそ汁(おくら・えのき)	ご飯 ぶりのみりん焼き 鶏肉と冬瓜の煮物 もやしのお浸し みそ汁(白菜・玉葱)	ご飯 さばの生姜煮 青菜の炒め物 レタスのフレンチサラダ お吸物(とろろ・大根葉)	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 コンソメスープ(ほうれん草・マッシュルーム)	ご飯 ホキのホイル蒸し 厚揚げとふきの煮物 小松菜の柚子醤油和え みそ汁(若布・葱)	キーマカレー キャロットサラダ 福神漬け いちごババロア	ご飯 白身魚のマスタード焼き さつま揚げと冬瓜の煮物 もやしのポン酢和え みそ汁(麩・葱)
間 食	抹茶ゼリー	カスタードケーキ	マドレーヌ	モモムース	モカクリームサンド	味噌饅頭	バームクーヘン
夕 食	ご飯 あじの照り煮 ひじきの煮物 ポテトサラダ きやらぶき	麦ごはん かに入り卵焼き和風あんかけ なすの含め煮 いんげんのピーナツ和え 白桃缶	ご飯 回鍋肉 しゅうまい 小松菜のナムル うずら豆	麦ごはん めばるの梅肉焼き 畑菜の煮浸し 中華風冷奴 洋梨缶	ご飯 煮込みハンバーグ もやしと卵の炒め物 かぼちゃのサラダ リンゴムース	ご飯 鱈のムニエル さつま芋の塩炒め いんげんの中華和え パイン缶	麦ごはん 鶏肉の玉葱ソース なすの味噌炒め 白紙のおかか和え 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

	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)
朝 食	きのこ雑炊 お魚豆腐の炒め煮 しろなのクルミ和え たいみそ 牛乳	ご飯 納豆 野菜炒め みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 がんと里芋の煮物 温泉卵 みそ汁(玉葱・豆苗) 牛乳	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 なすのポン酢和え みそ汁(里芋・若布) 牛乳	食パン オムレツ 白菜のからし和え リンゴジャム 牛乳	ご飯 焼豆腐と大根の煮物 ほうれん草のなめたけ和え みそ汁(さつま芋・大根葉) 牛乳
昼 食	ご飯 肉豆腐 若竹煮 菜の花のからし和え みそ汁(かぶ・豆苗)	ご飯 たらの揚げびたし 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)	たけのこ山菜ごはん 白身魚の照り焼き 切干大根の炒め煮 菜の花の和え物 みそ汁(キャベツ・かぶ葉)	ご飯 鶏肉の南部焼き かぶのかにあんかけ 小松菜のお浸し みそ汁(しめじ・葱)	味噌バターラーメン 春巻き 青梗菜のナムル マンゴープリン	ご飯 赤魚の山椒焼き ひじきの五目煮 カリフラワーの胡麻ドレ和え みそ汁(玉葱・麩)
間 食	抹茶どら焼き	コーヒーゼリー	いちごロールケーキ	おはぎ	人形焼	カステラ	チョコパン
夕 食	ご飯 華風卵焼き あさりと青梗菜の炒め煮 カリフラワーの和え物 リンゴ缶	麦ごはん 中華煮 かに焼売 春雨サラダ マンゴー缶	ご飯 カレイの生姜煮 ごぼうの甘辛炒め 青梗菜の胡麻醤油和え バナナムース づぼ漬け	麦ごはん 牛肉のバター醤油炒め 冬瓜のコンソメ煮 春雨と胡瓜の柚子和え 茶福豆	ご飯 さばの塩焼き れんこんさんぴら ほうれん草のピーナツ和え 黄桃缶	麦ごはん ますのみりん焼き なすとピーマンの炒め物 人参サラダ みかん缶	ご飯 揚げ鶏の香味ソース ツナとじゃが芋の炒め煮 マカロニサラダ 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。

予 定 献 立

	24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)
朝 食	ホタテ風味雑炊 ちくわの胃や目に いんげんのお浸し ゆずみそ 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 小松菜の信田和え みそ汁(もやし・若布) 牛乳	ご飯 納豆 豚肉と大根の煮物 みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 ウインナーソーテー 白菜の塩昆布和え みそ汁(しめじ・揚げ) 牛乳	洋風粥 イワシの蒲焼き ほうれん草の和え物 のりつく 牛乳	黒糖ロール 和風スクランブルエッグ ツナといんげんの和え物 いちごジャム 牛乳	ご飯 炒り豆腐 青梗菜の御浸し みそ汁(じゃが芋・玉葱) 牛乳
昼 食	ご飯 あじの塩麴焼き ふきと高野豆腐の煮物 畑菜の胡麻和え みそ汁(白菜・葱)	チキンカレー 野菜サラダ 福神漬け ゆずムース	ご飯 赤魚の煮つけ れんこんと牛肉の炒め物 しろなのポン酢和え みそ汁(玉葱・絹さや)	ご飯 サーモンのムニエル えびともやしの炒め物 パンプキンサラダ コンソメスープ(青梗菜・人参)	ご飯 豚肉とピーマンの炒め物 ジャーマンポテト カリフラワーのゆかり和え お吸物(はんぺん・葱)	ご飯 フライの盛り合わせ かぶのポトフ グリーンサラダ みそ汁(しろな・麩)	ご飯 さばの味噌焼き 切干大根の炒め煮 菜の花のからし和え かきたま汁
間 食	カスタードケーキ	黒糖饅頭	黒蜜黄な粉ムース	抹茶パンケーキ	パインゼリー	人形焼	抹茶ムース
夕 食	ご飯 豚肉の生姜焼き 里芋の煮物 ブロッコリーの和え物 金時豆	ご飯 和風卵焼き さつまいもの甘煮 青梗菜の胡麻醤油和え リンゴ缶	麦ごはん ハンバーグ なすの含め煮 ほうれん草のサラダ 胡瓜漬け	ご飯 鶏肉の生姜焼き 冬瓜のくず煮 春雨サラダ 黄桃缶	ご飯 エビと厚揚げの旨煮 かに焼売 チキンと小松菜の胡麻醤油和え マンゴー缶	ご飯 親子煮 きんぴらごぼう もやしと畑菜の和え物 うぐいす豆	麦ごはん 焼き肉風炒め 冬瓜の信田煮 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

	31日(月)						
朝 食	ご飯 豚肉と白菜のにももの オクラとろろ みそ汁(畑菜・麩) 牛乳						
昼 食	鶏南蛮そば ちくわ天 きゃべつの胡麻風味和え 青りんごゼリー						
間 食	ロールケーキ						
夕 食	ご飯 ブリの生姜煮 もやしのカレーソテー ブロッコリーのサラダ 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。