

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
		休業日 12月30日～1月3日まで休業させていただきます。			ごはん 雑煮風あったか汁 おせちの盛り合わせ 香の物 フルーツ	ごはん 雑煮風あったか汁 おせちの盛り合わせ 香の物 フルーツ
6	7	8	9(誕生会)	10(誕生会)	11(誕生会)	12
	七草粥 すまし汁 豆腐の肉味噌がけ 鶏肉とひじきの煮物 香の物・フルーツ	ごはん・卵スープ 煮込みハンバーグ コールスローサラダ 人参のきんぴら 香の物・フルーツ	赤飯 鰯の照り焼き 茶わん蒸し 人参と里芋の紅白煮 香の物・フルーツヨーグルト	赤飯 鰯の照り焼き 茶わん蒸し ほうれん草の白和え 香の物・フルーツヨーグルト	赤飯 赤魚のの煮付け 茶わん蒸し ほうれん草の白和え 香の物・フルーツヨーグルト	ごはん・味噌汁 カジキのフライ 里芋の煮物 ツナサラダ 香の物・フルーツ
13	14<<成人の日>>	15	16	17(蕎麦打ち)	18	19
成人の日	ごはん・味噌汁 あったかおでん ピーマンと竹輪の照り煮 春雨とハムの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 揚げ出し豆腐(柚子風味) 白菜とシーチキンの煮物 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 白身魚のトマトソースかけ 金時豆の甘煮 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ	温かい蕎麦 ミニおにぎり 大根と豚肉の煮物 ほうれん草のおひたし 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 豚肩ロースの生姜焼き 南瓜の煮物 胡瓜とじゃこの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・すまし汁 サバの味噌煮 マカロニサラダ 白菜のゆかり和え 香の物・フルーツ
20	21	22	23	24	25	26
	ごはん・味噌汁 イワシのフライ 大豆の五目煮 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 鮭のタラマヨ焼き 里芋の煮っころがし ほうれん草のおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん ビーフシチュー 春雨サラダ インゲンのピーナッツ和え 香の物・フルーツ	ごはん 豚汁 大豆の五目煮 スパゲティーサラダ 香の物・フルーツ	ごはん・すまし汁 サワラのレモン焼き 切干大根の煮物 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ	五目ごはん 味噌汁 肉じゃが ほうれん草と人参の胡麻和え 香の物・フルーツ
27	28	29	30	31		
寿	ごはん 鶏モモ肉のクリームシチュー 小松菜と油揚げの炒め煮 金時豆の甘煮 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 赤魚のおろし煮 大根とはんぺんの煮物 小松菜のおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 和風ハンバーグ さつま芋のレモン煮 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ	ごはん あったかポトフ ほうれん草の卵とじ 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ		

※食材の都合によりメニューが変更になる場合があります。