

日	月	火	水	木	金	土 節分
				1	2	3
				ごはん・味噌汁 味噌カツ きのこの和風マリネ 春雨サラダ 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 サバの竜田揚げ 金時豆の甘煮 ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	ちらし寿司 すまし汁 大豆の五目煮 キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ
4	5(誕生会)	6	7(誕生会)	8	9	10
	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	ごはん 冬瓜汁 鮭の塩焼き ほうれん草のおかか和え 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	カレーライス マカロニサラダ ほうれん草の卵とじ 香の物 フルーツ	ごはん・味噌汁 白身魚のピカタ さつまいものレモン煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 肉じゃが ひじきの煮物 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ
11	12<<振替休日>>	13	14	15	16	17
	建国記念日 ごはん・味噌汁 おでん 人参のきんぴら 小松菜の胡麻和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 赤魚の粕漬け 高野豆腐煮 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 ミルフィーユカツ 長芋の煮物 ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん・かき玉汁 チーズ麻婆豆腐 切干大根の煮物 胡瓜とリンゴの酢の物 香の物・フルーツ	三食丼 すまし汁 里芋のそぼろ煮 小松菜のなめ茸和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 サバの塩焼き 金時豆の甘煮 きのこのバター炒め 香の物・フルーツ
18	19	20	21	22	23	24
	ごはん・味噌汁 カジキフライ ピーマンのきんぴら ほうれん草のおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 豆腐と白菜のすき煮 マカロニサラダ 胡瓜とじゃこの酢の物 香の物・フルーツ	ビーフシチュー ロールパン 金時豆の甘煮 スクランブルエッグ 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 豚バラ大根 スクランブルエッグ ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん・すまし汁 サワラの幽庵焼き 切干大根の煮物 白菜のゆかり和え 香の物・フルーツ	ごはん あったかポトフ 春雨サラダ 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ
25	26	27	28			
	ごはん・味噌汁 豆腐ハンバーグ ツナサラダ 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ	きのこの炊き込みごはん 味噌汁 じゃが芋と人参の煮物 胡瓜とササミの酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・すまし汁 サバの味噌煮 切干大根の煮物 白菜の塩昆布和え 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。