

日	月	火	水	木	金	土
						<p>1</p> <p>塩鮭シソ生姜ごはん 味噌汁 切干大根の煮物 胡瓜とカニカマの酢の物 香の物・フルーツ</p>
2	3	4	5(誕生会)	6(誕生会)	7(誕生会)	8
<p>ごはん・味噌汁 アジフライ さつまいものレモン煮 コールスローサラダ 香の物・フルーツ</p>	<p>いなり寿司 すまし汁 里芋の煮物 ほうれん草の玉子とし 香の物・フルーツ</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>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</p>	<p>鶏肉のクリームシチュー ごはん 野菜サラダ ピーマンのきんぴら 香の物・フルーツ</p>	
9	10(合同敬老会)	11(合同敬老会)	12	13	14	15
<p>ごはん・すまし汁 海老フライ 大豆の五目煮 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・すまし汁 海老フライ 大豆の五目煮 小松菜のおひたし 香の物・フルーツ</p>	<p>とろろごはん 味噌汁 豚バラとインゲンの塩だれ炒め 胡瓜とトマトの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 回鍋肉 春雨サラダ 胡瓜とワカメの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・かき玉汁 オニオンバターチキン 人参しりしり じゃこおろし 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 白身魚のトマトソースかけ さつまいものレモン煮 ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ</p>	
16	17(敬老会)	18	19	20	21(蕎麦打ち)	22
<p>ちらし寿司 すまし汁 ほうれん草の玉子とし キャベツの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 野菜のかき揚げ ポテトサラダ 胡瓜とオレンジの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 カラスカレイのピカタ 茄子の煮びたし オクラのおかか和え 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 豚肉の天ぷら 南瓜のいとこ煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ</p>	<p>蕎麦打ち ミニおにぎり 里芋のそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 茄子と豚バラのおろし照り焼き だし巻玉子 胡瓜とオレンジの酢の物 香の物・フルーツ</p>	
23	24<<振替休日>>	25	26	27	28	29
<p>ごはん・味噌汁 味噌カツ 金時豆の甘煮 胡瓜とシラスの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 豆腐ハンバーグ 切干大根の煮物 コールスローサラダ 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ 胡瓜とシラスの酢の物 香の物・フルーツ</p>	<p>きのこご飯 味噌汁 南瓜の煮物 ほうれん草のおひたし 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 まぐろメンチカツ 小松菜と油揚げの煮浸し キャベツ、人参、胡瓜、青シソの塩もみ 香の物・フルーツ</p>	<p>ごはん・味噌汁 牛肉、焼き豆腐、しめじのすき煮 スクランブルエッグ 胡瓜の塩昆布和え 香の物・フルーツ</p>	
30						

※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。