

食事メニュー

2015年 1月

月	火	水	木 1日	金 2日	土 3日
					
5日	6日	7日	8日	9日	10日
 <p>さわらの塩焼き・生野菜 千切り大根と鶏ミンチの煮物 とろろの梅肉和え わかめの味噌汁 * 豚まん</p>	 <p>ミートボール・生野菜 ひじき入り白和え 浅漬け 大根の味噌汁 * 白玉ぜんざい</p>	 <p>カレーライス もやしと青菜とインゲンのナムル 温泉玉子 えのきと巻麩の澄まし汁 * マンゴケーキ</p>	 <p>芙蓉蝦 大根・人参・ブロッコリーのキンピラ ごまめ 中華スープ * 餅つき</p>	 <p>鶏モモ肉のネギソース・生野菜 スモークサーモンと玉ねぎ・ベビーリーフのマリネ パイナップル * 餅つき</p>	 <p>サーモンフライ・生野菜 春雨と鶏胸肉の酢の物 大根のしょうゆ漬 大根の味噌汁 * キャラメル・チョコチップレアチーズケーキ</p>
12日	13日	14日	15日	16日	17日
 <p>豚の生姜焼き・生野菜 もやし・菜の花・人参の胡麻和え ゴマめ わかめとえのきの味噌汁 * コーヒーゼリー</p>	 <p>鯖の味噌煮・生野菜 ポテトサラダ そうめんの澄まし汁 * 芋ようかん</p>	 <p>鮭のバター焼き・生野菜 ぜんまいと豚肉の煮物 大根の味噌汁 みかん * コーヒーゼリー</p>	 <p>つみれの人参すり流し サーモンのマリネ 大根の漬物 薄揚げとわかめの味噌汁 * チョコチップチーズケーキ</p>	 <p>海老カツ・生野菜 白菜のゆかり和え 豚汁 パイナップル * 大学芋</p>	 <p>肉じゃが ちりめん山椒 白菜の味噌汁 みかん * 人参ケーキ</p>
19日	20日	21日	22日	23日	24日
 <p>炊き込みご飯 根菜とごぼう天・厚揚げの煮物 白菜の中華風漬物 そうめんの澄まし汁 * イルカ万</p>	 <p>豆腐入りハンバーグ・生野菜 長いもの梅肉ナムル 大根の味噌汁 みかん * 安納芋のプリン</p>	 <p>天ぷら(のど黒・インゲン・南瓜・竹輪・茄子) 青梗菜とちりめんの梅肉和え ゆず大根 えのきの澄まし汁 * チーズケーキ</p>	 <p>ししやもの南蛮漬け・生野菜 切干大根 トマトの昆布茶ドレッシング わかめの味噌汁 * 白玉ぜんざい</p>	 <p>茶碗蒸し 塩サケのバター焼き・生野菜 人参のごまみそ和え 大根漬け * 小倉オムレット</p>	
26日	27日	28日	29日	30日	31日
 <p>手作りコロッケ・生野菜 大根とブロッコリーのキンピラ ごまめ わかめえのきの赤だし * 桃とバナナとりんごのケーキ</p>	 <p>豆腐のクリームシチュー ヒジキ豆 大根漬け * レーズンバター・サツマイモ餅</p>	 <p>アミエビ入りチヂミ 大根漬け えのきと巻麩とわかめの澄まし汁 * プッシュドノエル</p>	 <p>豚の生姜焼き・生野菜 春雨中華サラダ 大根漬け 玉ねぎの味噌汁 * フレンチトースト</p>	 <p>ぎょうざ・生野菜 シヤモの南蛮漬け 大根漬け 白菜春雨のスープ * 芋ようかん</p>	 <p>豆腐ボール・生野菜 トマトの昆布茶ドレッシング ごまめ シメジとキャベツの味噌汁 * 人参ケーキ</p>