



今月の献立表



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4(777ｷﾎｶﾘｰ)	5(656ｷﾎｶﾘｰ)	6(745ｷﾎｶﾘｰ)	7(636ｷﾎｶﾘｰ)
年始休業日 			新年お祝い御膳 赤飯 カレイの照り焼き 揚げ野菜あんかけ ゆず酢和え 赤だし みかん りんご クリームコンフェ 玄米茶	ご飯 豚の生姜焼き 茶碗蒸し きゅうりとめかぶの甘酢 味噌汁 キウイフルーツ バームクーヘン	ご飯 照り焼きハンバーグ 柚子味噌田楽 おさつマヨネ和え コンソメスープ みかん 手作りココア蒸しパン	ご飯 白身魚のバター醤油焼 オニオンサラダ 南瓜のごま煮 清汁 紅茶ゼリー しっとり饅頭
8	9(642ｷﾎｶﾘｰ)	10(547ｷﾎｶﾘｰ)	11(671ｷﾎｶﾘｰ)	12(667ｷﾎｶﾘｰ)	13(722ｷﾎｶﾘｰ)	14(656ｷﾎｶﾘｰ)
	ご飯 チキンカツ玉とし 里芋の胡麻味噌かけ カリフラワーの甘酢 清汁 みかん フルーチェ	ご飯 たらこの韓国風焼き 五目金平 ナムル 中華スープ バナナ ココアワッフル	おにぎり かき揚げうどん 高野の卵とし 三色なます オレンジ 手作りぜんざい	ご飯 蒸し鶏ゴマだれ ひじき大豆 なめ茸和え 粕汁 牛乳ゼリー 手作り黒糖蒸しパン	ポークカレーライス チャンフルー フレンチ和え 福神漬 らっきょう りんご スイスロール	松花堂弁当 五目ご飯 鮭の香味焼き なすの田楽 キャベツ大葉和え 味噌汁 キウイ バナナ パンケーキ 玄米茶
15	16(704ｷﾎｶﾘｰ)	17(550ｷﾎｶﾘｰ)	18(624ｷﾎｶﾘｰ)	19(743ｷﾎｶﾘｰ)	20(808ｷﾎｶﾘｰ)	21(632ｷﾎｶﾘｰ)
	ご飯 チキン南蛮 薩摩芋の含め煮 春菊の和え物 味噌汁 オレンジ 珈琲牛乳プリン	カレンダー作り ご飯 赤魚の西京味噌焼き 切干大根の煮物 おかか和え かきたま汁 りんご バナナカステラ	新年会行事 ちらし寿司 南瓜のどぼろあんかけ ほうれん草の白和え 清汁 キウイフルーツ てまりもち	ご飯 豚の塩だれ焼き 卵の花の炒り煮 フロッキーのゴマサラダ コーンスープ りんごゼリー いちごスペシャル いちごスぺシャル	カレンダー作り 松花堂弁当 若菜ご飯 鶏のじぶ煮 豆腐と野菜の味噌添 ゆず和え 豚汁 みかん バナナ 黒糖まんじゅう 玄米茶	ご飯 赤魚の粕漬け焼 がんも煮 マヨネ和え 味噌汁 みかん ホットケーキ
22	23(530ｷﾎｶﾘｰ)	24(728ｷﾎｶﾘｰ)	25(699ｷﾎｶﾘｰ)	26(549ｷﾎｶﾘｰ)	27(641ｷﾎｶﾘｰ)	28(691ｷﾎｶﾘｰ)
	ご飯 白身魚の味噌マヨ焼 くたくた炒め スナッフエンドウごま和 ジンジャースープ みかん 手作り抹茶蒸しパン	ご飯 鶏肉の蜂蜜しモン煮 さつま芋の揚げ煮 キャベツのツナサラダ 味噌汁 りんご 薄皮クリームパン	他人丼 冬瓜の薬味葛 酢の物 味噌汁 ヨーグルトゼリー あんまき	ハヤシライス 人参と卵の炒り煮 南瓜サラダ 福神漬 らっきょう バナナ ミニ肉まん 玄米茶	ご飯 鰹のきのこあんかけ スープ煮 和風さっぱり和え 味噌汁 キウイフルーツ ヨーグルトムース	ご飯 鶏の唐揚げネギソースかけ ひじきの炒り煮 春雨の酢の物 コーンポタージュスープ オレンジ 手作り人参蒸しパン
29	30(610ｷﾎｶﾘｰ)	31(678ｷﾎｶﾘｰ)				
介護相談日	おにぎり 五目そば かぶのコンソメ煮 ゆず和え キウイフルーツ ドームケーキ	ご飯 鯖の生姜煮 チャフチェ カリフラワーの梅和え 味噌汁 りんご 手作りぜんざい				

「食後の飲み物提供中止の お知らせ」

食後の飲み物（コーヒー・紅茶等）の提供について、口腔ケアや排泄介助等の業務を優先させていたため、本年より中止とさせていただきます。誠に勝手ではございますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

カロリーは普通食の昼食とおやつの合計を表示しています。メニュー、行事はやむを得ず変更になる場合がありますがご了承ください。