
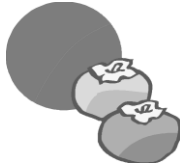


◎ 寒くなってきました。体調を崩さないようにお気をつけ下さい

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
お休	<ul style="list-style-type: none"> <li>スパニッシュオムレツ</li> <li>五目きんぴら</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* 焼芋</p>	<p>文化の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>魚の味噌マヨ焼</li> <li>餃子の野菜あんかけ</li> <li>南瓜の甘煮</li> </ul> <p>* 林檎のケーキ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏のオレンジ煮</li> <li>煮物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* トライフル</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>豚カツ</li> <li>ひじきの煮物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* ヨーグルト</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>煮魚</li> <li>ホットサラダ</li> <li>茄子の揚浸し</li> </ul> <p>* わらび餅</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>スクエアバーグ</li> <li>煮物</li> <li>林檎サラダ</li> </ul> <p>* プリン</p>
	8	9	10	11	12	13
お休	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏のホイル蒸し</li> <li>煮物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* 抹茶寒天</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークソテー</li> <li>煮物</li> <li>マカロニサラダ</li> </ul> <p>* 牛乳餅</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>天麩羅</li> <li>切干大根の煮物</li> <li>胡麻和え</li> </ul> <p>* 羊羹</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>焼魚</li> <li>筑前煮</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* コーヒーゼリー</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ロールキャベツ</li> <li>煮物</li> <li>酢の物</li> </ul> <p>* たこ焼</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>煮魚</li> <li>青椒肉絲</li> <li>さつまいものレモン煮</li> </ul> <p>* カステラ</p>
	15	16	17	18	19	20
お休	<p>★誕生会★</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>豚肉の生姜焼</li> <li>煮浸し</li> <li>大学芋</li> </ul> <p>* プリンアラモード</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>チキンカレー</li> <li>煮物</li> <li>コールスローサラダ</li> </ul> <p>* ぜんざい</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ムニエル</li> <li>炒り豆腐</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* パンケーキ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>麻婆春雨</li> <li>煮物</li> <li>南瓜のサラダ</li> </ul> <p>* お団子</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ミックスフライ</li> <li>煮物</li> <li>人参サラダ</li> </ul> <p>* バナナケーキ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏の照焼</li> <li>野菜炒め</li> <li>酢の物</li> </ul> <p>* ミルクパンナコッタ</p>
	22	23	24	25	26	27
お休	<p>勤労感謝の日</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>焼魚</li> <li>卵と春雨の炒め物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* チーズケーキ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>フリッター</li> <li>煮物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* 黄桃ゼリー</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ハンバーグ</li> <li>煮物</li> <li>さつまいもサラダ</li> </ul> <p>* ブラマンジェ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>煮魚</li> <li>グラタン</li> <li>酢味噌和え</li> </ul> <p>* 抹茶ケーキ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>グリルチキン</li> <li>大根のスープ煮</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* マンゴープリン</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ポークピカタ</li> <li>切昆布の煮物</li> <li>おひたし</li> </ul> <p>* スイートポテト</p>
	29	30				
お休	<ul style="list-style-type: none"> <li>鶏の味噌漬焼</li> <li>ジャーマンポテト</li> <li>春雨サラダ</li> </ul> <p>* チョコレートムース</p>					

\* 日頃、お気づきの点があれば、おっしゃってください。対応もご相談に応じます。