

◎ 寒い日が続きます。風邪などひかないように気をつけましょう。

日	月	火	水	木	金	土
	1 ・ 豚カツ ・ 煮物 ・ ナポリタン * ヨーグルト	2 ・ 魚の味噌マヨ焼 ・ 野菜炒め ・ さつま芋のレモン煮 * たこ焼	3 ・ カニ玉 ・ ひじきの煮物 ・ おひたし * フルーツゼリー	4 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ 春雨サラダ * 柚子ケーキ	5 ・ 煮魚 ・ ホットサラダ ・ おひたし * 杏仁豆腐	6 ・ 鶏の塩麴焼 ・ 煮物 ・ おひたし * ぜんざい
7 お休	8 ・ 焼魚 ・ 青椒肉絲 ・ 胡麻和え * 和菓子	9 ・ ミックスフライ ・ 煮物 ・ マカロニサラダ * 桃のコンポート	10 ・ 焼肉 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ ナムル * わらび餅	11 建国記念の日 ・ 魚のホイル焼 ・ 煮物 ・ 大学芋 * ブラマンジュ	12 ・ 鶏のオレンジ煮 ・ パスタサラダ ・ おひたし * バナナケーキ	13 ・ 麻婆春雨 ・ 煮物 ・ おひたし * コーヒーゼリー
14 お休	15 ・ ポークソテー ・ 煮物 ・ おひたし * チーズケーキ	16 ★誕生会★ ・ つくねの照り煮 ・ 煮浸し ・ 卵豆腐 * ぜんざい	17 ・ 焼魚 ・ 肉じゃが ・ 酢の物 * カステラ	18 ★誕生会★ ・ 鶏のハーブ焼 ・ 煮物 ・ 胡麻和え * チョコレートムース	19 ★誕生会★ ・ 鮭のムニエル ・ 五目きんぴら ・ おひたし * プリンアラモード	20 ★誕生会★ ・ 天麩羅 ・ 茎若布の煮物 ・ 酢の物 * ショートケーキ
21 お休	22 ・ 三色丼 ・ 煮物 ・ 胡麻酢和え * マンゴープリン	23 天皇誕生日 ・ 豚肉の葱味噌焼 ・ 大根のスープ煮 ・ おひたし * クリームパン	24 ・ 酢鶏 ・ 切干大根の煮物 ・ 南瓜の甘煮 * 牛乳餅	25 ・ ジャーマンオムレツ ・ 五目煮 ・ ごぼうの甘辛煮 * ハナナジュースとクッキー	26 ・ 和風ハンバーグ ・ かき揚げ ・ 酢の物 * 抹茶寒天	27 ・ 煮魚 ・ グラタン ・ おひたし * 焼芋
						

* 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。