

◎ 寒い日が続きます。暖かくして過ごしましょう。

日	月	火	水	木	金	土
				1 ・ 魚の竜田揚 ・ ふろふき大根 ・ おひたし  * プリン	2 ・ 八宝菜 ・ ひじきの煮物 ・ 南瓜の甘煮  * 柚子のケーキ	3 ・ ポークソテー ・ 煮物 ・ 昆布豆  * 焼き芋
4 お休	5 ・ 煮魚 ・ ホットサラダ ・ おひたし  * たこ焼	6 ・ ミートボールの甘辛煮 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ おひたし  * フルーツゼリー	7 ・ 鶏肉の塩麴焼 ・ 煮物 ・ おひたし  * サンドイッチ	8 ・ 豚肉の生姜焼 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ おひたし  * スイートポテト	9 ・ 天麩羅 ・ 切干大根の煮物 ・ 酢の物  * 抹茶寒天	10 ・ 鮭のチャンチャン焼 ・ 煮物 ・ おひたし  * わらび餅
11 建国 記念の日	12 振替休日 ・ 焼肉 ・ 煮物 ・ 南瓜サラダ  * トライフル	13 ・ 酢鶏 ・ 煮物 ・ おひたし  * 焼き芋	14 ・ 魚の香草焼 ・ 肉じゃが ・ おひたし  * チョコレートムース	15 ・ スパニッシュオムレツ ・ 茎若布の煮物 ・ 酢の物  * お汁粉	16 ・ 豚肉の葱味噌焼 ・ 煮物 ・ おひたし  * 蒸しパン	17 ・ つくねの照煮 ・ 野菜炒め ・ 胡麻和え  * マンゴープリン
18 お休	19 ・ ミックスフライ ・ 煮物 ・ 酢味噌和え  * ぜんざい	20 ・ 魚の漬焼 ・ 炒り豆腐 ・ おひたし  * 杏仁豆腐	21 ・ 煮込みハンバーグ ・ 煮物 ・ 人参サラダ  * 和菓子	22 ・ 鶏肉のオレンジ煮 ・ ジャーマンポテト ・ おひたし  * ヨーグルト	23 天皇誕生日 ・ 焼魚 ・ チャプチェ ・ おひたし  * みたらし団子	24 ・ ロールキャベツ ・ 煮物 ・ おひたし  * バームクーヘン
25 お休	26 ・ 白菜のクリーム煮 ・ さつま芋と 林檎の重ね煮 ・ おひたし * パンケーキ	27 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ おひたし  * たこ焼	28 ・ ポパイオムレツ ・ 五目きんぴら ・ おひたし  * ブラマンジュ	29 ・ 煮魚 ・ グラタン ・ 大学芋  * 抹茶のムース		

\* 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。