

◎ 今年もよろしくお願ひします。

日	月	火	水	木	金	土
			1 元旦	2 お休	3 お休	4 ・ 焼魚 ・ 切干大根の煮物 ・ フルーツ * 和菓子
5 お休	6 ・ 鶏のBBQソース ・ 煮物 ・ おひたし * パンケーキ	7 ・ 魚の更紗焼 ・ 煮物 ・ おひたし * 焼き芋	8 ・ カレー ・ コールスローサラダ ・ 煮物 * 和菓子	9 ・ 煮魚 ・ 青椒肉絲 ・ 酢の物 * ブラマンジェ	10 ・ ハンバーグ ・ 煮物 ・ マカロニサラダ * バナナケーキ	11 ・ ミックスフライ ・ 五目きんぴら ・ 青菜と炒り卵和え * コーヒーゼリー
12 お休	13 成人の日 ・ 焼魚 ・ 一口餃子の野菜あん ・ おひたし * お汁粉	14 ・ 焼肉 ・ じゃが芋の炒め煮 ・ ナムル * 杏仁豆腐	15 ・ 煮魚 ・ グラタン ・ 胡麻和え * わらび餅	16 ・ 鶏の味噌漬焼 ・ 煮浸し ・ さつま芋のレモン煮 * バウムクーヘン	17 ・ 天麩羅 ・ ひじきの煮物 ・ 酢の物 * ヨーグルト	18 ・ ミートローフ ・ 煮物 ・ 人参サラダ * クッキーと紅茶
19 お休	20 ・ カニ玉 ・ 荳若布の煮物 ・ 大学芋 * 抹茶寒天	21 ・ 鶏のオレンジ煮 ・ 煮物 ・ 酢の物 * サンドイッチ	22 ・ メンチカツ ・ ナポリタン ・ おひたし * フルーツゼリー	23 ・ 魚の味噌マヨ焼 ・ 煮物 ・ おひたし * たこ焼	24 ・ ポークソテー ・ 煮物 ・ 胡麻酢和え * ぜんざい	25 ・ 煮魚 ・ 卵と春雨の炒め物 ・ おひたし * 牛乳餅
26 お休	27 ・ 豚肉の生姜焼 ・ 大根のスープ煮 ・ おひたし * スイートポテト	28 ・ 魚のフライ ・ 豚肉と木耳の酢炒め ・ おひたし * チョコレートムース	29 ・ 鶏のハーブ焼 ・ 煮物 ・ 春雨サラダ * 蒸しパン	30 ・ 家常豆腐 ・ パスタサラダ ・ フルーツ * 洋菓子	31 ・ 焼魚 ・ 筑前煮 ・ おひたし * みつ豆	

* 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。