



～ 行事予定 ～
 7日 ASUKA (アスカ) パンの日
 17日 紅白幕の内弁当 (自治会リクエスト)
 24日 選択メニュー
 28日 お楽しみパン
 29日 リクエストメニュー (ほぶら)



日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1日 焼きうどん 卵とトマトの中華スープ 大根とツナのサラダ オレンジ	2日 ごはん チンジャオロース 豆腐とキムチの炒め物 トマトのマリネ りんご	3日 ごはん はんぺんチーズフライ 五目大豆 胡瓜とザーサイの和え物 洋ナシ缶	4日 ごはん 豚肉のガーリックソテー 里芋のあんかけ かぶの塩昆布漬 バナナ
5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日
キーマカレー たっぷりきのこ水菜のスープ サワーサラダ 人参ゼリー	焼肉丼 みそ汁 五目ひじき煮 水菜とりんごのサラダ	ハンバーガー ポトフ 野菜サラダ パインアップル	カレーそば 竹輪の磯辺揚げ グリーンサラダ みかんゼリー	ごはん 白身魚の南蛮漬け さつま芋ときのこのみそバター炒め 白菜のぼん酢和え りんご	ごはん 豚肉味噌しょうが焼き 白滝とひじきの炒り煮 ほうれん草のゆかり和え みかん缶	ごはん 白身魚の香味フライ エリンギのオイスター煮込み かぼちゃの白ごまあえ バナナ
12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日
チキンカレー おくらともずくのスープ 大根サラダ ゼリー	五目チャーハン ワンタンスープ 春巻き サワーサラダ	ごはん 鶏の海苔塩唐揚げ きんぴらごぼう 三色酢の物 パインアップル	鮭のクリームスパゲティ 野菜と豆のスープ グリーンサラダ オレンジ	ごはん ハンバーグ カリフラワーとベーコンの炒め物 レモン風味のさっぱりピクルス デザート&ムース	紅白幕の内弁当 紅白ごはん 唐揚げ、えびフライ、 ミートボール、オムレツ、 ポテトサラダ、煮物	ごはん 鶏のちゃんちゃん焼き かぼちゃのおかか煮 おろし酢和え バナナ
19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日
ポパイカレー キャベツのスープ サラダ パンナコッタ	豚丼 すまし汁 はんぺんサラダ ゴールドキウイ	ごはん 白身魚のタルタルソース きなこポテト ブロッコリーと黒豆のサラダ パインアップル	しょうゆラーメン チーズ入り揚げワンタン 大根とおくらのサラダ オレンジ	ごはん イカフライ 大根とえびのトロみ煮 たたき胡瓜の韓国風和え物 りんご	ごはん ①ポークチャップ ②白身魚のパン粉焼き じゃがいものコンソメ煮 キャベツサラダ 洋ナシ缶	ごはん 鰯の味噌マヨ焼き 五目そぼろ煮 酢の物 バナナ
26日	27日	28日	29日	30日		
ハヤシライス 大根とキャベツのスープ 青じそサラダ フルーチェ	鮭ザンギ丼 かきたま汁 さつまいもの炒め煮 白桃缶	豆乳きな粉フレンチトースト ミネストローネ カレーコロッケ パインアップル	冷やしたぬきそば 蒸ししゅうまい 大根とツナのサラダ キャラメルプリン	ごはん 豚しゃぶのねぎソース 大根と厚揚げのみそ煮 白菜の塩昆布和え りんご		