

	月 8	火 9	水 10	木 11	金 12	土 13	日 14
朝	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き
昼	チキンカレーライス サラダ 牛乳	ご飯 春巻き エスニックスープ 春雨の和え物 一口ゼリー	三色丼 サラダ 具だくさん味噌汁 牛乳	ご飯 麻婆ラーメン 大根サラダ 牛乳	ご飯 シーフードシチュー エッグサラダ 牛乳	ご飯 きのこの和風スパ サラダ 牛乳	豚キムチ丼 ワカメスープ サラダ 牛乳
夕	 あけましておめでとう ご飯 白魚のクリームソー イタリアンサラダ コンソメスープ	ご飯 鶏のから揚げ ひじきの煮物 枝豆 味噌汁	ピラフ エビフライ サラダ 洋風卵スープ	ご飯 マカロニミートグラタ キャベツスープ かぼちゃサラダ	ご飯 ミックスフライ キャベツハムサラダ 味噌汁 桃缶	ご飯 ポトフ ツナサラダ バナナ	
朝	15 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	16 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	17 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	18 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ウインナー	19 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め	20 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	21 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール
昼	ご飯 鯖の塩焼き 高野豆腐の煮物 一口ゼリー かきたま汁	ハヤシライス サラダ 牛乳 プリン	ご飯 かき揚げうどん サラダ 牛乳	ご飯 豆腐の肉みそあん ブロッコリーサラダ かまぼこのお吸い物 パイナップル	ご飯 白身魚のフライ ハッシュドポテト 根菜の煮物 味噌汁 漬け物	シチューオンライス サラダ 牛乳	ご飯 カレーうどん サラダ 牛乳
夕	ご飯 味噌かつ 玉葱と人参の吸い物 ほうれん草の和え物 枝豆	ご飯 揚げぎょうざ ブルコギ キムチあえ 中華スープ	ロコモコ ミネストローネスープ	ビビンバ 大根サラダ 卵スープ	ご飯 スパニッシュオムレ キャベツスープ イタリアンサラダ	ご飯 かにシウマイ チャプチェ ほうれん草の和え物 ワカメスープ	オムライス サラダ コンソメスープ
朝	22 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き	23 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	24 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ベーコンスクランブル	25 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 がんもどき煮	26 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 たこ焼き	27 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ミートボール	28 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 目玉焼き
昼	ご飯 麻婆豆腐 サラダ 牛乳	ご飯 煮魚 桃缶 ブロッコリーサラダ 味噌汁	ご飯 担々麺 サラダ 牛乳	ご飯 揚げパン チキンのトマトシチュ サラダ 牛乳	シーフードカレー ヨーグルト和え 牛乳	ご飯 ミートスパゲッティ ミモザサラダ 牛乳	ご飯 あんかけうどん チキンサラダ 牛乳
夕	ご飯 肉じゃが キャベツの和え物 みかん かきたま汁	ご飯 チキン南蛮 野菜炒め 玉葱と人参の吸い物	ご飯 つげのハンバーグ イタリアンサラダ 一口ゼリー コンソメスープ	五目鶏飯 鯖の照り焼き 枝豆 マカロニサラダ ふとわかめの味噌汁	ご飯 ぎょうざ 卵スープ ブルコギ 小松菜の和え物	ご飯 キムチ鍋 バナナ サラダ	ご飯 豆腐グラタン ミモザサラダ キャベツスープ
朝	29 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 野菜 ソテー	30 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 ほうれん草の卵とじ	31 ご飯 味噌汁 生野菜 納豆 モヤシ炒め				
昼	ご飯 フィッシュ&チップス スパサラダ 洋風卵スープ 一口ゼリー	ご飯 麻婆豆腐 海草サラダ 牛乳	ご飯 肉うどん ひじきサラダ 牛乳	*朝食には、パン、牛乳、昼食には牛乳が必ずつきます。 *材料の都合により、献立が変更することがあります。			
夕	ご飯 ポークステーキ サラダ 粉吹きいも スコッチブロス風	ご飯 豚肉のブラウンシチ ビザ サラダ	タコライス かぼちゃサラダ キャベツスープ				

あけましておめでとうございます

今年も皆さんにとって、素晴らしい一年になりますように心よりお祈りしています。
12月に食堂でクリスマスメニューを計画しました。
ローストチキン、サラダ、フライドポテト、イタリアンスパゲッティ、卵スープ、ご飯。
デザートはサンタクロースのケーキとフルーツポンチでした。いつもとは少し違う
メニューを喜んでもらえた様子です。

食堂アンケートを実施しました。リクエストメニューや様々な要望を書いてくれました。
皆さんの要望にお応えできるよう努めていきたいと思ひます。

