



1月 料理メニュー



月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4
					ご飯 鮭のマヨネーズ焼き みそ汁
6	7	8	9	10	11
ご飯 生姜焼き みそ汁	サツマイモご飯 けんちん汁 ほうれん草の和え物	サンドイッチ ミネストローネ リンゴ	カルボナーラ ナッツサラダ コンソメスープ	ご飯 麻婆豆腐 中華スープ	キーマカレー グリーンサラダ バナナ
13	14	15	16	17	18
成人の日	お楽しみメニュー	ハヤシライス グリーンサラダ	たまごチャーハン サバ(水煮)と白菜スープ リンゴ	ご飯 塩肉じゃが 豆とベーコンのスープ	ご飯 野菜炒め 玉子スープ
20	21	22	23	23	25
ホットドッグ カレースープ	白菜たっぷり中華丼 中華スープ	けんちんそば 紅白なます リンゴ	ご飯 鮭のちゃんちゃん焼き サラダ	カレー ギリシャ風サラダ	炊込みご飯 おでん フルーチェ
27	28	29	30	31	
レモンパスタ (ペペロンチーノ) 水菜とリンゴのサラダ	フレンチトースト 鶏と根菜のポトフ サラダ	誕生日メニュー	ご飯 かぼちゃの豚汁 人参しりしり	ご飯 チキンソテー 白菜のお浸し	