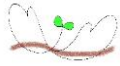






1月あんずの家 カレンダー



* 食材などの都合により献立を変更することがあります

-  ごはんの日
-  パンの日
- ★ 新メニュー
-  かみかみメニュー(●)
-  夕食モリモリデー

金曜日		土曜日	
1	元旦	2	休所
8	赤米おにぎり 松風焼き 栗きんとん 紅白なます かきたま汁(春菊) 果物(みかん) フルーツケーキ	9	閉所日
15	希望懇談 もち麦ごはん 筑前煮 黒豆 ほうれん草のごま和え かぶのみそ汁 ツナ卵サンド	16	豆乳のクリームスープバゲティ スティックチーズ 果物 くるみパン
22	雑穀ごはん ★高野豆腐の酢豚 かぼちゃの甘煮 水菜の和え物 わかめスープ 肉まん	23	閉所日
29	麦ごはん 肉じゃが ●田作り キャベツとりんごの黒ごま和え 呉汁 ★米粉のすいとん	30	わかめうどん 果物 カップケーキ

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日
3	4 ごはん 鶏肉の梅みそ焼き 高野豆腐の煮物 ひじきと春雨の甘酢和え 里芋のみそ汁 おたのしみ	5 コッペパン 甘辛揚げ豚 わかめとコーンの炒め物 マカロニサラダ 豆乳スープ ★海苔じゃこおにぎり	6 ごはん さばの塩焼き かぼちゃのそぼろ煮 はりはり漬け 豆腐のみそ汁 マーラーカオ	7 小学校 始業式 冬野菜カレー ハワイアンサラダ 果物 七草がゆ
10	11 成人の日	12 希望懇談 食パン 豚肉の香草焼き ペンネアラビアータ カリフラワーのサラダ あさりのチャウダー ★ねったぼ(鹿児島)	13 避難訓練 希望懇談 ごはん 魚のみぞれがけ きんぴらこんにゃく 白菜の塩昆布和え もやしのみそ汁 麻婆ラーメン	14 希望懇談 青菜としらすのごはん ふるふき大根(ゆず味噌) 鶏ちゃんこ風 果物 レモンバターケーキ
17	18 ごはん 鶏肉と大根のバター醤油煮 卵の花 キャベツのゆかり和え 油揚げのみそ汁 おたのしみ	19 コッペパン ★豆腐の肉みそグラタン じゃが芋のコンソメ煮 水菜のサラダ オニオンスープ ★梅ひじきおにぎり	20 ごはん 煮魚(赤魚) しらたきと人参の炒め物 さつま芋の白和え のっぺい汁 みそまんじゅう	21 三色丼 具だくさんみそ汁 果物 ミルクせんべい風
24/31	25 ごはん とん平焼き 大根のそぼろ煮 青菜のねばねば和え 麩のみそ汁 おたのしみ	26 食パン 鶏肉のカレー風味焼き チンゲン菜のソテー おからサラダ 冬野菜スープ ★もちもちチーズパン	27 ごはん 魚のあんかけ さつまいものレモン煮 もやしのナムル きのこのみそ汁 ●コンコンブル	28 しのだごはん キャベツのもみ漬け 粕汁 果物 豆腐ナゲット