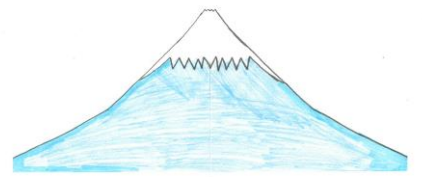


H30.1月

メニュー紹介

ふくさ焼き(29日)・・・「袱紗(ふくさ)」とは2枚の布を表裏にあわせたものをいい、2つのものを合わせたときに使います。また「覆紗(ふくさ)」と表記すると、やわらかいものを指します。「ふくさ焼き」は半熟程度にしあげたやわらかい卵料理をいいます。
 冬季休園は7月3日までお休みです。



| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|--------------|---|---|--|--|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | 元旦 (冬季休園) | (冬季休園) | (冬季休園) | 新年会 (お弁当給食です) | 赤飯 さわらの幽庵焼き さつまいも 千草蒸し 水菜としめじの煮ひたし みそ汁(豆腐・うすあげ) 640kcal 3.7g | |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | 成人の日 | ビーフストロガノフ ひじきとツナのサラダ スープ(青梗菜・舞茸) みかん 610kcal 2.8g | ごはん 筑前煮 ひじきの白和え ほうれん草の香味あえ みそ汁(さつま芋・うすあげ) 619kcal 3.5g | ごはん 揚げ出し豆腐の野菜あんかけ 小松菜とじゅこのさっと煮 かぼちめの田舎煮 みそ汁(キャベツ・若布) 583kcal 3.8g | セレクトパン チーズ入りオムレット はりはりサラダ あさりのチャウダー コーヒーゼリー 674kcal 4.3g | |

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|---|--|--|--|---|----|
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | ごはん 鶏肉の唐揚げ 海草の中華和え 豆苗とベーコンの炒めもの かきたまスープ 640kcal 2.8g | ごはん 柳川風煮 青梗菜と人参のおひたし かぶとがまんもの煮物 みそ汁(キャベツ・若布) 610kcal 4.4g | 選べるごはん いかと野菜の天ぷら 中華風なます ほうれん草となめこのおろし みそ汁(さつま芋・うすあげ) 650kcal 2.3g | セレクトメニュー ・カレーうどん ・きつねうどん おにぎり キウイ 長芋とたくあん香りあえ ほうれん草と豆もやしの 柚子胡椒あえ 676kcal 4.4g | ごはん 回鍋肉 白菜ときこの煮もの 海草の中華和え スープ(もやし・春菊) 533kcal 1.9g | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | ごはん さばと大根の煮物 厚揚げのツナマヨネーズ トマトと長芋のサラダ 汁(えのき・春菊) 686kcal 3.3g | ごはん 豚肉のすき煮風 なすのゴマ味噌煮 きゅうりのなめ茸あえ 汁(庄内麩・わかめ) 502kcal 3.2g | ごはん 鶏ささみのフライ キャベツとえのきのおかかあえ 水菜の煮物 わかめスープ 679kcal 2.7g | ビビンバ 豆乳奴 スープ(わかめ・豆苗) クラッシュゼリー 639kcal 2.7g | 食パン ポトフ <サラダバイキング> 牛乳 710kcal 3.4g | |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| | 選べるごはん ふくさ焼き 根菜こんにゃくきんぴら きゅうりと大根の梅風味 みそ汁(豆腐・うすあげ) 695kcal 4.1g | ごはん 味噌田楽 きのこのゆかりあえ 蓮根とカニカマのゴママヨあえ 汁(大根・庄内麩) 610kcal 5.7g | ごはん かれいと焼き豆腐の煮つけ 貝割れとカニカマのしょうが酢 白菜とごぼ天の煮物 汁(えのき・ほうれん草) 492kcal 3.6g | | | |