

	月	火	水	木	金	土
昼食						1 ご飯 🍖 ポークビーンズ または 🍷 メルルーサのチーズムニエル キャベツのサラダ コンソメスープ
おやつ						たいやき
昼食	3 節分メニュー 助六寿司 つみれの炊き合わせ すまし汁 フルーツ 	4 ご飯 🍖 肉団子の中華煮 または 🍷 白身魚のオイマヨ焼き 青梗菜の中華サラダ わかめスープ	5 ご飯 🍖 ポークチャップ または 🍷 さわらのつけ焼き 大根のそぼろ煮 みそ汁	6 わかめご飯 焼きそば 茄子の炒め煮 みそ汁 フルーツ 	7 ご飯 🍖 牛肉のスタミナ焼き または 🍷 あじの南蛮漬け 白菜のおかか和え みそ汁	8 ご飯 🍖 豚肉と大根の炒め煮 または 🍷 赤魚の煮付 青菜の和え物 みそ汁
おやつ	卵ボーロ	もみじ饅頭	スイスロール	あんまん	抹茶ケーキ	おはぎ
昼食	10 豚丼の日 豚丼(温玉のせ) 青梗菜の信田和え みそ汁 フルーツ 	11 ご飯 🍖 鶏肉のタルタル焼き または 🍷 鮭の塩麹焼き 青梗菜のあさり炒め みそ汁	12 ご飯 🍖 回鍋肉 または 🍷 エビチリ バンサンスー わかめスープ	13 ご飯 🍖 鶏肉の香味焼き または 🍷 あじのコーン焼き 南瓜サラダ すまし汁	14 バレンタインデーメニュー ご飯 フライ盛り合わせ (エビカツ、白身魚フライ ハートコロッケ) 茄子の香味和え ポタージュ/フルーツ	15 季節のご飯 春先取り炊き込みご飯 🍖 牛のしぐれ煮 または 🍷 さばのポン酢焼き 切干大根の煮物 すまし汁
おやつ	パンケーキ	たこ焼き	クレープ	チョコバーム	ティラミス	ティラミス
昼食	17 ご飯 🍖 鶏肉の旨塩炒め または 🍷 あじの梅肉焼き ひじきサラダ みそ汁	18 郷土食 岡山県 ばら寿司 大根の煮物 みそ汁 フルーツ 	19 ご飯 🍖 鶏団子のクリーム煮 または 🍷 メルルーサの胡麻野菜ソース ブロッコリーのミモザサラダ オニオンスープ	20 ご飯 🍖 豚肉の他人煮 または 🍷 さわらの菜種焼き 豆腐の生姜あんかけ みそ汁	21 ご飯 🍖 鶏肉のカレー焼き または 🍷 たらちの赤ワインデミソース ゴボウサラダ コンソメスープ	22 おでんの日 ご飯 おでんの日 青梗菜のツナ和え みそ汁
おやつ	モカロール	どら焼き	チョコケーキ	ぜんざい	シュークリーム	吹雪饅頭
昼食	24 シーフードカレー コロッケ フレンチサラダ いちごムース 福神漬け	25 リクエストメニュー ご飯 チキンカツ わかめサラダ かきたま汁 季節のフルーツ	26 ワールドトリップ 5カ国目 中国 炒飯 水餃子 麻婆茄子 杏仁ムース	27 ご飯 🍖 豚肉と厚揚げの炒め物 または 🍷 赤魚のもろみみそ焼き 白菜の和え物 すまし汁	28 菜飯 肉うどん ほうれん草の柚子和え フルーツ 	
おやつ	ドーナツ	味噌饅頭	カステラ饅頭	コーヒーゼリー	練り切り	