



●当日の献立より**選べるランチ**です。好きなお料理をどうぞ。
●汁物は **お味噌汁**か**お吸い物**が選べます。

月	火	水	木	金	土
---	---	---	---	---	---

1 A どて煮 B 石狩鍋風 野菜の胡麻マヨネーズかけ 茄子の煮浸し アスパラベーコンソテー ちくわの磯辺揚げ 水耕野菜のサラダ	2 A 豚の角煮 B 法蓮草と鱈のバター醤油蒸し 長芋のそぼろあんかけ 青菜の白和え ブロccoliリーのマヨグラタン 海老蒸し餃子 水耕野菜のサラダ	3 A 照り焼きチキン B 揚げ鯖のみぞれ煮 がんもの含め煮 かき揚げ 蒸し茄子のねぎ生姜だれ 海老蒸し餃子 水耕野菜のサラダ	4 A 豚肉と野菜の蒸焼き B 白身魚の照り焼き 蒸しきのこの明太ソース 切干大根煮 南瓜とひき肉のマヨ和え 豆腐田楽 水耕野菜のサラダ	5 A 煮込みハンバーグ B 鰯の蒲焼き 大根のそぼろ煮 青菜炒め 白菜のゆかり和え ビーフンソテー 水耕野菜のサラダ	6 A チキンカツレツ B 鯖の野菜あんかけ ひじきの煮物 いんげんの梅和え 明太豆腐 ビーマンとちくわのチャンプルー 水耕野菜のサラダ+α
8 A ミートボールのトマト煮 B サバの味噌煮 高野豆腐の煮物 マカロニグラタン なめたけ豆腐 ブロccoliリーのおかか和え 水耕野菜のサラダ	9 A チキンの味噌焼き B 海老フライ カボチャのマヨ和え 茄子とピーマンの炒め物 大根煮 点心 水耕野菜のサラダ	10 A 豚肉の生姜焼き B ブリの照り焼き ジャーマンポテト 玉子焼き 春巻き 小松菜のみぞれちりめん和え 水耕野菜のサラダ	11 A メンチカツ B カレイの煮つけ エビ団子煮 ソーセイジチャンプルー ブロccoliリーと人参のなめたけ和え 五目豆 水耕野菜のサラダ	12 A 鶏肉のクリーム煮 B 鮭の西京焼き 茄子のそぼろ炒め 関東煮 厚揚げといんげんのおかか和え さつま芋の大学芋 水耕野菜のサラダ	13 A 豚肉の味噌漬焼き B 白身魚の塩焼き ほうれん草のお浸し 肉じゃが ギョウザ 切干大根の煮物 水耕野菜のサラダ
15 A 鶏の唐揚げ B 鮭とエノキのマヨ焼き じゃがいもの金平 がんもの味噌煮 ペンネのトマト煮 たたきごぼう 水耕野菜のサラダ	16 A 豚肉のピカタ B 赤魚の煮付け 大根の海老そぼろあんかけ ジャーマンポテト 揚げ茄子の味噌和え 白菜のおかか和え 水耕野菜のサラダ	17 A 豆腐ハンバーグ B 白身魚の塩焼き 長芋のもずく和え 青菜炒め 五目豆 ラタトゥイユ 水耕野菜のサラダ	18 A チキンのハニーマスタード焼き B 寄せ鍋風 カボチャのマヨ和え シューマイ 厚揚げのホイコーロ 茄子の煮物 水耕野菜のサラダ	19 A メンチカツ B 白身魚のフライ 玉子焼き じゃが芋のそぼろ煮 高野豆腐 法蓮草のお浸し 水耕野菜のサラダ	20 A マーボー茄子 B サバの竜田揚げ ミートボールのトマト煮 豆腐ときのこのチャンプルー いんげんとちくわの生姜炒め 大根の梅昆布和え 水耕野菜のサラダ
22 A 白菜と豚肉の煮物 B ブリの照り焼き 大根の土佐煮 さつま芋の甘煮 蓮根の金平 インゲンのツナ和え 水耕野菜のサラダ	23 天皇誕生日 A ポークシチュー B 海鮮と野菜の天ぷら なめ茸豆腐 茄子のミートグラタン 白菜の煮浸し 里芋の胡麻和え 水耕野菜のサラダ	24 クリスマス・イヴ ワンプレート A ローストチキン B 白身魚のちり蒸し マカロニグラタン ブロccoliリーとベーコンの炒め物 ポテトフライ 根菜の煮物 水耕野菜のサラダ	25 クリスマス ワンプレート A ミートローフ B 鮭のムニエル 青梗菜のクリーム煮 大根と人参の金平 生麩のおかか和え 海老のチリソース 水耕野菜のサラダ	26 A 鶏の酢豚風 B 白身魚の照り焼き 蓮根とベーコンの炒め物 がんもどき 明太じゃがバター 小松菜と油揚げの煮浸し 水耕野菜のサラダ	27 A 豚カツ B 白身魚のムニエル ブロccoliリーの蟹カマあんかけ 根菜とさつま揚げのうま煮 白身魚の梅風味揚げ 青菜炒め 水耕野菜のサラダ

29
A チキンのクリーム煮
B 野菜コロッケ
 人参しりしり
 青菜炒め
 海老餃子
 ひじき煮
 水耕野菜のサラダ

3時のおやつ(ドリンク)
 ● コーヒー
 ● 紅茶
 ● ココア
 ● ミルク
 ● カフェオレ
 ● リンゴジュース
 ● 水耕野菜ジュース



※3時のおやつは
ご希望者のみです。
 ※昼食のデザートは
季節の果物中心に
お出します。
 ※献立は材料の関係で
変更する事があります。

今年も1年
ありがとうございました。
 新年は1月5日(月)~
通常営業です。
お待ちしております。