


	月	火	水	木	金	土
昼	 <p style="text-align: center;">あけましておめでとうございます</p> <p style="text-align: center;">今年も「おいしいよ！」と 喜んでいただけるよう、全力をつくします</p> 				4	5
夜					ホタテカレー 大根のサラダ フルーツヨーグルト 鶏肉の味噌焼き さつま芋の甘煮 白和え	焼き魚 白菜のクリーム煮 切干大根 ご飯・みそ汁の記載 を省かれています
	7	8	9	10	11・鏡開き	12
昼	いりどり たまご焼き お浸し・七草スープ	魚の黄金焼き 炒り豆腐・シチュー 辛子和え	うどん・汁 天ぷら・お浸し 酢の物	筑前煮 とろろ芋 ビビンバ風	すきやき風 酢の物 青菜とコーン炒め	魚のムニエルの甘酢あんかけ 切り昆布煮・すいとん 青菜のお浸し
夜	ロールキャベツ 豚汁・煮物 青菜のお浸し	鶏もものオイスター炒め 五目きんぴら 中華サラダ	鯖の味噌煮 五目豆 ポテトサラダ	親子煮 酢の物 きのこのホイル焼き	揚げ出し豆腐 鶏肉と青菜の旨煮 酢の物・粕汁	材料の仕入れにより内容 が変更になる事がありますが、 ご了承下さい
	14・成人の日	15	16	17	18	19
昼	ちらしずし・お吸い物 からあげ・ブロッコリー かぶのサラダ	うどん・汁 天ぷら 酢の物・お浸し	煮込みハンバーグ 温野菜 ネギぬた	シーフードカレー フルーツヨーグルト サラダ・甘酒	鮭ご飯・にんじんきんぴら ごぼうと豚肉のみそいため 胡麻和え・お吸い物	焼き魚 おでん風煮物 味噌マヨ和え
夜	いなり・切り昆布煮 カレイの甘酢あんかけ 青菜の和え物	鶏肉の西京焼き 里芋の煮物 ナムル風	魚と大根の煮物 五目豆 きのここと蒟蒻のからし和え	マーボー豆腐 さつま芋の甘煮 ゴマ和え	いわしのフライ きんぴら スパサラダ	漬物・フルーツ お弁当につきます
	21	22	23	24	25	26
昼	焼き魚・すいとん 切干大根煮 蒸し野菜のごまだれかけ	きのこ入りコロッケ ひじきの炒り煮 サラダ	鮭のホイル焼き ゴボー入りの煮物 青菜ときこの和え物	おにぎり・五目きんぴら からあげ・ブロッコリー しらすいり卵	八宝菜 金時豆 青菜のきのこ和え	エビフライ かぼちゃの煮物 白和え
夜	うどん・天ぷら 汁・酢の物 お浸し	チキンカレー サラダ フルーツヨーグルト	やきとり風 じゃが芋の煮物 お浸し	煮魚・豚汁 ひじきの炒り煮 煮豆	ロールキャベツ かぼちゃのいとこ煮 酢の物	※カロリー・塩分一覧 をご希望の方は お知らせください
	28	29	30	31	 <p>認定NPO法人 ハクリュ ☎ 027-325-5085 (月～土 午前9時～午後5時)</p>	
昼	五目ご飯・吸い物 焼き魚・ネギヌタ チンゲン菜の炒め物	ゆかりご飯・野菜ソテー 玉子焼き・五目豆・すまし汁 糸コンと舞茸の辛煮	かぼちゃコロッケ 白菜と油揚げの煮物 酢味噌和え	肉巻き白菜 粉ふき芋・人参の甘煮 和えもの・けんちん汁		
夜	手作り餃子 大根の煮物 トーフチャンフル	豚しゃぶ 田楽味噌 青菜のツナ和え	焼き魚 うの花 さっぱりサラダ	混ぜご飯・煮豆 魚のピカタ・吸い物 ひじきの炒り煮		

◆予定された日の配達をキャンセルされる場合は、**前日の夕方5時まで(月曜日の中止は、土曜日の夕方5時まで)**にご連絡ください。
★不在の際は持ち帰ります。再配達は出来ません。 ★配達時間 昼10:30～12:00 夕15:30～17:30 必ずご本人様の在宅をお願いします。