

月	火	水	木	金	土	日
 <h1>献立</h1> <h2>レクリエーション</h2>						1  正月休み
2  正月休み	3  正月休み	4 メンチカツ 煮しめ ほうれん草柚和え 大根汁 アイスクリーム お正月レク 	5 卵豆腐蟹あん <small>枝豆とコーンの蒸し物</small> かぼちゃの含め煮 ふのりの味噌汁 くる棒カルシウム お正月レク 	6 煮ハンバーグ ポテトサラダ 白菜ワサビ和え 豆腐汁 杏仁豆腐 お正月レク 	7 青菜ご飯 鱈の西京漬け 子和え さつまいも汁 キャラメルプリン お正月レク 	8 
9 すり身のふんわり上げ さつまいものねりこ わかめの酢の物 搔き玉汁 甘酒 新春カラオケ	10 タラのフライ 小桜海老とキャベツ ほうれん草と人参和え 里芋汁 パンプキン 新春カラオケ	11 焼き餃子 モロヘイヤのだし割 マカロニサラダ 中華スープ 抹茶プリン 新春カラオケ	12 焼きそば 白菜の胡麻和え わかめスープ ヤクルト 水ようかん 魚釣りゲーム	13 八宝菜 さつまいもサラダ オクラたたき 豆腐汁 鉄たまごせんべい 魚釣りゲーム	14 ほっけの塩焼き もやしのおかか和え 肉じゃが 大根なめこ汁 パンナコッタ 魚釣りゲーム	15 
16 ロールキャベツ 冬瓜炒め 海藻サラダ 搔き玉汁 焼きドーナツ 曜日対抗 頭脳ゲーム 	17 豚肉丼 大根のコンソメ炒め わかめの酢の物 棒ふ汁 くる棒カルシウム 曜日対抗 頭脳ゲーム 	18 かわいいの焼き魚 野菜の五食せん炒め ねかぶ二杯酢 山東菜汁 まんじゅう 曜日対抗 頭脳ゲーム 	19 油林鳥 かぼちゃサラダ モロヘイヤ生姜醤油 わかめ味噌汁 チョコプリン 洗濯ばさみゲーム 	20 津軽ラーメン さつまいもの甘煮 ほうれん草おかか和え ヤクルト どら焼き 洗濯ばさみゲーム 	21 チキンハニーマスタード 胡麻ドレサラダ 白菜炒め 清汁 丸ぼうろ 洗濯ばさみゲーム 	22 
23 肉団子のあんかけ 長芋浸し ほうれん草胡麻和え 根菜汁 プリン 新レク	24 鶏肉のさっぱり煮 大根と高野豆腐煮 わかめの胡麻和え 白菜汁 ゼリー 新レク	25 サバの味噌煮 二色お浸し 梅サラダ うず巻きふ汁 アイスクリーム 新レク	26 豚すき キャベツの生姜和え カリフラワー甘酢 なす汁 ストロベリームース カレンダー 	27 雑穀ご飯 かわいいの煮魚 ささげ炒め 肉入りみそ汁 パパロア カレンダー 	28 ミートローフ たけのこピリ辛炒め 春雨サラダ コーンスープ 水ようかん カレンダー 	29 
30 サイコロステーキ なす炒め ほうれん草の和え物 キャベツ汁 ウエハース ビンゴゲーム	31 蟹クリームコロッケ サラダ きのご甘辛煮 芋汁 豆乳プリン ビンゴゲーム 	お知らせ  <p>←このイラストがついている日は工作ができる予定になっています。今月は（絵馬づくり）</p>  <p>←このイラストがついている日は美容ができる予定になっています。</p>				