


					1(木)	2(金)	3(土)
午前							
昼食							
午後							
	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)
午前							
昼食		御飯、味噌汁、白身魚フライ、がんもの含め煮、マンゴー、牛乳	御飯、味噌汁、手作りハンバーグ、大根のサラダ、オレンジ、牛乳	御飯、味噌汁、豚肉の生姜焼き、大豆入りひじきの炒り煮、キウイフルーツ、牛乳	《たんぼぼりクエスト》、チーズカレーライス、フライドポテト、海藻サラダ、りんご、牛乳	御飯、すまし汁、モロの竜田揚げ、五目煮、みかん、牛乳	
午後		たいやき、せんべい	ブチ肉まん、せんべい	シュガートースト、せんべい	やわらかいちごプリン、せんべい	ポップコーン、黒棒	
	11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)
午前							
昼食		《成人の日》	《誕生会》、赤飯、すまし汁、鶏の唐揚げ、かぼちゃのサラダ、ケーキ、牛乳	けんちんうどん、白菜のごまマヨサラダ、みかん、牛乳	御飯、味噌汁、さばのごま酢焼き、大根のそぼろ煮、オレンジ、牛乳	御飯、味噌汁、すき焼き風煮、温野菜サラダ、りんご、牛乳	
午後			マカロニあべかわ、クラッカー	おにぎり、プロセスチーズ	フルーツポンチ、ビスコ	苺ババロア、せんべい	
	18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)
午前							
昼食		御飯、味噌汁、たらこのマヨネーズ焼き、マカロニソテー、オレンジ、牛乳	《お弁当の日》	焼きそば、中華スープ、かにシューマイ、大根のサラダ、いちご、牛乳	食パン、ミネストローネ、メンチカツ、ポテトサラダ、りんご、牛乳	御飯、中華スープ、八宝菜、ナムル、みかん、牛乳	
午後		麩のラスク、せんべい	たべっこ動物、カントリーマアム	ピザパン、せんべい	フルーツきんとん、ハッピーターン	牛乳寒天、せんべい	
	25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)	31(土)
午前							
昼食		御飯、味噌汁、チキンカツ、筑前煮、オレンジ、牛乳	親子丼、味噌汁、ほうれん草としめじのごま和え、グレープフルーツ、牛乳	和風あんかけうどん、厚焼き玉子、こまつなのお浸し、いちご、牛乳	キーマカレー、プロセスチーズ、コールスローサラダ、りんご、牛乳	御飯、中華スープ、麻婆豆腐、ばんさんすう、みかん、牛乳	
午後		手作りプリン、せんべい	芋もち、せんべい	お好み焼き、せんべい	マスカットゼリー、歌舞伎揚げ	ふかし芋、ばかうけ	
			平安時代の宮中で、家を訪れる年神様へのお供え物としておせち料理が作られ、やがて庶民にも広がりました。縁起をかついだ料理を重箱に詰め、新年に食べて過ごせるよう作り置きします。おせち料理に欠かせない祝い肴は、関東では、豊作を祝う「田作り」、子孫繁栄を願う「数の子」、マメに働くという語呂の「黒豆」とし、関西では、黒豆の代わりに家の安定を願う「たたきごぼう」とします。そのほか、長寿を願う「えびのうま煮」、黄金色の輝きを財宝に見立てた「栗きんとん」、「伊達巻」などがあり、それぞれの料理にめでたい意味が込められています。				