ノーボーダーズ 1月

8 月	9 火　ごはん	10 水　ごはん	11 木　ごはん	12 金　ごはん	13 土　ごはん
成人の日	ささみ磯辺フライ 蒸しとうもろこし じゃが芋金平 豆のサラダ フルーツ	照焼きハンバーグ 竹輪煮 和風スパゲティ 南瓜ソテー フルーツ	豚肉のプルコギ風炒め レンコンの天ぷら 枝豆 キャベツの塩昆布和え フルーツ	イカカツ ミートボール 青菜ソテー もやしの酢の物 フルーツ	エビカツ 焼きそば 筑前煮 ごぼう巻き・肉詰めいなり 漬物・フルーツ缶
15 月　ごはん	16 火　おにぎり	17 水　炊込みごはん	18 木　ごはん	19 金　俵ごはん（なめし）	20 土　ごはん
一口白身魚フライ ポークウィンナー レンコン金平 ポテトサラダ フルーツ	鶏肉の甘辛炒め さくら焼売 枝豆 コーンソテー フルーツ	焼きザケのタルタルがけ コーンボール もやしソテー バンバンジーサラダ フルーツ	骨なしチキンフィレ ロールキャベツ スパゲティソテー 花がんも煮 フルーツ	肉団子のチリソースがらめ おからポテト ブロッコリーソテー 蒟蒻の炒め煮 フルーツ	味噌カツ ナポリタンスパゲティ ひじき煮 竹輪煮・とろろ さつま芋・漬物
22 月　塩むすび	23 火　ごはん	24 水　俵ごはん（ゆかり）	25 木　ごはん	26 金　若布ごはん	27 土　ごはん
豆腐ハンバーグ 竹輪の天ぷら 焼きうどん ほうれん草のお浸し フルーツ	エビカツ ハムステーキ マカロニソテー 若布とツナの酢の物 フルーツ	照焼きチキン さつま芋レモン煮 もやし炒め ポークビーンズ フルーツ	星コロッケ 蒸しとうもろこし 金平ごぼう ブロッコリーサラダ フルーツ	油淋鶏 さつま揚げ煮 キャベツソテー 大根と蒟蒻の煮物 フルーツ	鶏の唐揚げ 焼きそば 切干大根煮 もずく・練り梅 漬物・フルーツ缶
29 月　ごはん	30 火　俵ごはん（なめし）	31 水　炊込みおにぎり			
豚しゃぶ 海苔巻き唐揚げ キャベツと胡瓜の和え物 さつま芋と大豆の甘がらめ フルーツ	野菜コロッケ ミートボール 青菜コーンソテー 豆腐チャンプル フルーツ	サバの照焼き チキンナゲット 焼きそば 切干大根のサラダ フルーツ			

NCC 日本ケータリング株式会社

☆食材仕入れの都合により多少変更することがございます