



2024年1月お弁当献立表



月	火	水	木	金	土
1月シフォンケーキ販売日  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px;"> 8日(水)・・・バナナバナナ 15日(水)・・・プレーン・抹茶小豆 23日(木)・・・プレーン・紅茶 29日(水)・・・バナナバナナ </div>					4 散らし寿司 卵焼き 筑前煮 煮豆 
<small>※内容は変更になる場合がございます。 夕食弁当と一緒に配達させていただきます。 ご希望の方は3日前までにお知らせください。</small>					<small>1月シフォンケーキ販売日</small>
<small>1月シフォンケーキ販売日</small>					<small>1月シフォンケーキ販売日</small>
6	7	8	9	10	11
ごはん 赤魚の酒かす焼き 牛肉の甘辛煮 切干大根の煮物 梅のり和え えびと青菜の卵和え <small>1月シフォンケーキ販売日</small>	ごはん 鯖の竜田揚げ 炊合せ(竹輪・里芋) ごぼうサラダ しょうがの佃煮	ごはん ヒレカツ さつま芋サラダ きんぴらごぼう 枝豆と海老の卵焼き 胡瓜の酢の物	ごはん 鶏肉の塩胡椒焼き ピーナッツ和え 梅のり和え 野菜の炊合せ えびマヨ	ごはん あじの南蛮漬け ほうれん草のごま和え ゆで卵 大豆のマッシュサラダ きんぴらごぼう	ごはん 赤魚の煮つけ 磯辺揚げ ひじきと大豆煮 人参サラダ 炒りおから
<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>
13	14	15	16	17	18
ごはん ササミのソース揚げ 春雨の中華和え 白菜の和え物 根菜の揚浸し ひじきの煮物	混ぜ寿司 かき揚げ カレイの西京焼き 青菜ときのこの和え物	ごはん 鯖の竜田揚げ 青菜と鶏の海苔和え スパゲティサラダ 厚揚げと根菜の炒め煮 さつま芋の甘煮	ごはん 赤魚のフライ けんちん煮 ほうれん草の辛子和え たたき牛蒡 卵焼き	ごはん チンジャオロース おかか和え 切干大根の煮物 ゆで卵 えびの天ぷら	ごはん 鶏のしんじょ揚げ 蕪のすのもの 五目ひじき 煮卵 南瓜の煮物
<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>
20	21	22	23	24	25
ごはん 赤魚の幽庵焼き 福袋煮 ほうれん草のごま和え コールスローサラダ かき揚げ	ごはん 鯖の塩焼き さつま芋サラダ 大根の煮物 ラバーツアイ えびチリ	ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜とわかめの酢の物 里芋の煮物 おかか和え ブドウ豆	ごはん 鶏肉の唐揚げ マカロニサラダ 南瓜の煮物 卵焼き にんじんしりしり	そぼろ弁当 白菜の酢の物 牛蒡と椎茸の煮物 チンゲン菜のナムル	ごはん 揚肉団子のトマト煮 えびサラダ 切干大根の煮物 ゆで卵 煮豆
<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>
27	28	29	30	31	
ごはん すき焼き煮 千枚漬け 卵焼き	ごはん 鶏肉の照焼き ポテトサラダ えびマヨ 中華風酢の物 じゃが芋の煮物	ごはん 天ぷら(えび・芋) 卵焼き インゲンの海苔和え 炒りおから 贅沢煮	ごはん 肉じゃが 卵焼き クラゲと胡瓜の和え物 マカロニサラダ ひじきの煮物	ごはん タンドリーチキン 紫キャベツのマリネ ゆで卵 ほうれん草のごま和え 野菜の炒め煮 ごぼうサラダ	
<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	<small>1月シフォンケーキ販売日</small>	

「新年あけましておめでとうございます」

さて、我が家には1匹猫がおります。彼は本当に私の事が大好きで、例えば私が帰宅すると家の中を走り回って、大喜びします。にもかかわらず、隠し事をしようとする。ウンチは必ずシートや新聞をかけまくり無かったようにしておく…大好物の魚のあらの素焼きは、みんながいなくなった後の暗い部屋でこっそり食べる…

いやなことを避けたり、スキを見られない様にしたり、秘密を作ったり等々、どうやらこれは本能であるらしい…私は彼からいろんな形で動物の本能というものを教わります。そうか、私が少し高いお買い物をして何となく筆筒の奥底にしまっておくことも本能だったのだと考え、よしよしと思うわけです。

ところが、それがそういう自分だけの納得では済まなくなる。隠し事は必ずばれて、そのうちにあらぬ疑いまでもかけられることに繋がってしまう。

ただ身を守る事だけでは、生き伸びる事が出来ないと悟った先人?先猿?達は、進化を遂げ、私たちには「話す」「聞く」という能力が備わってきたのでしょう。