

	月	火	水	木	金	土	日
			1日	2日	3日	4日	5日
朝			クリームパン 肉団子の煮つけ バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(豆腐) ひじきの煮つけ たくあん	白あんぱん じゃがいものコンソメ煮 バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(さつまいも) 大根と人参の金平 しば漬	米飯70g+C a 味噌汁(しいたけ) 里芋の煮つけ のり佃煮
昼			三) 赤飯 すき焼風煮 吸物(エビボール) ほうれん草の中華和え どら焼き(こしあん)	三) 牛井 吸物(なめこ) 炒り豆腐 ゼリー もみじまんじゅう	米飯70g+C a 南瓜コロッケ 生姜スープ 小松菜の和え物 丸ボーロ	三) カニちらし(お花見) 魚のレモン醤油焼き なます 果物(いちご) ヤクルト(ミ:ゼリー) 原宿ドッグ	米飯70g+C a 蒸し鱈のねぎポン酢 味噌汁(かきたま) 白菜のキムチ炒め ワッフル(マロン)
夕			米飯70g+C a 鶏肉のマーマレード焼き もやしスープ エリンギとベーコンのソテ	米飯70g+C a 魚のカレーニエル トマトスープ スパサラダ	米飯70g+C a 鶏肉のしそわさび炒め 三) 豚汁 オクラのツナサラダ	米飯70g+C a 豚肉と厚揚げの煮物 吸物(わかめ) 塩昆布和え	米飯70g+C a 鶏チリ スープ 三) はんぺんサラダ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
朝	米飯70g+C a 味噌汁(里芋) 三目大豆 ふりかけ(たらこ)	米飯70g+C a 味噌汁(あおさ) 高野豆腐の煮物 梅干し	かぼちゃあんパン ベーコンピーンズ バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(えのき) スープ(竹の子) 高菜漬	クリームパン 肉団子の煮つけ バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(白菜) 切干大根の煮つけ のり佃煮	米飯70g+C a 味噌汁(白菜) 切干大根の煮つけ のり佃煮
昼	三) ちゃんぽん 煮豆 青梗菜のピーナツ和え プリン	米飯70g+C a 西京焼き 吸物(そうめん) ほうれん草の卵とじ すいーとぼてと	三) 炊込み御飯(花祭) 太刀魚のおろしかけ 吸物(おつゆ麩) わけぎのぬた和え ようかん☆ ショコラブッセ	米飯70g+C a 昆布焼きつくね スープ(竹の子) ザーサイ和え	米飯70g+C a 肉じゃがオムレツ スープ(てまり麩) 浅漬け クリームブッセ	三) ポークカレー サラダ 福神漬 果物(もも) 黒棒	米飯70g+C a 鶏肉と大根の煮物 吸物(梅干し) 白和え すいーとぼてと
夕	米飯70g+C a 魚の煮つけ 吸物(豆腐) じゃこサラダ	米飯70g+C a 魚の和風あんかけ スープ 山芋のジャーマンポテト	米飯70g+C a 豚肉のハニーマスタード炒 コーンスープ 三) パンサンサー	米飯70g+C a メバルの山椒煮 吸物(しめじ) 三) 卵豆腐のきのこあんか	米飯70g+C a 宝袋 吸物(かまぼこ) 酢の物	米飯70g+C a 魚の竜田焼き ねぎスープ もやしのナムル	米飯70g+C a 赤魚の塩麹焼き 白菜スープ もやし中華炒め
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
朝	米飯70g+C a 味噌汁(おつゆ麩) 里芋の煮つけ ふりかけ(かつお)	米飯70g+C a 味噌汁(さつまいも) 大根と人参の金平 梅干し	ジャムパン キャベツのコンソメ煮 バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(あおさ) 小松菜の煮びたし しば漬	あんぱん 大根のコンソメ炒め煮 バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(しめじ) 三目大豆 たくあん	米飯70g+C a 味噌汁(さつまいも) 白菜の煮びたし のり佃煮
昼	長) フレンチトースト コンソメスープ 彩りサラダ ゼリー ワッフル	三) 丸天うどん 高野豆腐の煮物 オクラのとろろ和え ブルーチェ もみじまんじゅう	米飯70g+C a 魚の南蛮あんかけ わかめスープ ニラの卵とじ ショコラブッセ	米飯70g+C a 太刀魚の梅干煮 みぞれ汁 白菜のゆず和え どら焼き(こしあん)	米飯70g+C a 鯖の味噌煮 吸物(花型豆腐) 菜果なます 丸ボーロ	米飯70g+C a 三) 卵しゅうまい ニラスープ のり和え ワッフル(マロン)	米飯70g+C a 焼き豆腐の味噌田楽 吸物(エビボール) ごぼうと豚肉のしぐれ煮 原宿ドッグ
夕	米飯70g+C a 鮭のタルタルソースかけ 南瓜スープ サラダ	米飯70g+C a 豚肉の生姜焼き 吸物(しいたけ) シーザーサラダ	米飯70g+C a 三) くずし豆腐の韓国風煮 吸物(もずく) 茸ソテー	米飯70g+C a クリームシチュー サラダ 果物(みかん缶)	米飯70g+C a 牛肉のカラフル炒め ポテトスープ チキンサラダ	米飯70g+C a ホッケの昆布茶焼き 吸物(もやし) 鶏レバーの甘辛煮	米飯70g+C a 魚の醤油マヨ焼き スープ(オクラ) ほうれん草のバターソテー
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
朝	米飯70g+C a 味噌汁(わかめ) がんもの煮つけ ふりかけ(さけ)	米飯70g+C a 味噌汁(しいたけ) ひじきの煮つけ 梅干し	うぐいすあんぱん 肉団子の煮つけ バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(じゃがいも) 白菜の煮びたし たくあん	クリームパン ベーコンピーンズ バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(えのき) 高野豆腐の煮物 高菜漬	米飯70g+C a 味噌汁(白菜) 三目大豆 のり佃煮
昼	長) フレンチトースト 豆乳スープ サラダ ゼリー ショコラブッセ	三) 鶏そば 大根のそぼろあん ポテトサラダ ゼリー 黒棒	米飯70g+C a スズキのバター醤油焼き 菜種和え ゆんざい☆ ジョア(ミ:ゼリー)	米飯70g+C a 牛肉と里芋の煮物 吸物(ごぼう) ゆかり和え すいーとぼてと	三) チキンカレー サラダ 福神漬 果物(パイン缶) ワッフル(マロン)	米飯70g+C a 魚フライ 吸物(花麩) 大根の酢の物 もみじまんじゅう	米飯70g+C a 三) 鶏の甘酢照り煮 わかめスープ カリフラワーのサラダ 丸ボーロ
夕	米飯70g+C a 魚の青のりピカタ 吸物(おつゆ麩) キャベツのレモン和え	米飯70g+C a 八宝菜 きのこ中華スープ 海草サラダ	米飯70g+C a バーベキューチキン 吸物(大根) 春雨の酢の物	米飯70g+C a ホキのチリソースかけ スープ 三) ほうれん草の卵とじ	米飯70g+C a 太刀魚のねぎ醤油焼き 味噌汁(なめこ) しらす和え	米飯70g+C a 麻婆豆腐 帆立スープ 焼きビーフン	米飯70g+C a 三) ホッケの味噌ボン焼き のっぺい汁 キャベツのそぼろ炒め
	27日	28日	29日	30日			
朝	米飯70g+C a 味噌汁(おつゆ麩) 切干大根の煮つけ ふりかけ(たらこ)	米飯70g+C a 味噌汁(里芋) がんもの煮つけ 梅干し	まふ) かぼちゃあんパン キャベツのコンソメ煮 バナナ 牛乳	米飯70g+C a 味噌汁(大根) 小松菜の煮びたし たくあん			
昼	長) フレンチトースト コンソメスープ コーンスローサラダ ケーキ どら焼き(こしあん)	三) 沢煮そうめん オクラのごま和え さつま芋の煮物 ブルーチェ クリームブッセ	三) 麦ごはん 鯖の塩焼き 吸物(手まり麩) わさびマヨ和え ヨーグルト ワッフル	米飯70g+C a 三) 回鍋肉 吸物(とろろ昆布) 辛子和え 原宿ドッグ			
夕	米飯70g+C a ムニエルのトマトソースか コンチャウダー マカロニサラダ	米飯70g+C a 牛肉ときのこのバター醤油 卵スープ 春雨サラダ	米飯70g+C a 三) 肉豆腐 吸物(しめじ) もずく酢	米飯70g+C a タラの柚子あんかけ 生姜スープ 山芋のおかか煮			