

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)	5(日)	
朝食		ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 みそ汁(じゃがいも) お茶漬け(インスタント)	菓子パン 牛乳 サラダ カスタードプリン	食パン(いちごジャム) 牛乳 スライスチーズ1枚 バナナ	シリアル 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	
昼食		サンド(ブルコギ) 食サンド(ハム・チーズ) 若鶏のトマト煮 みかん缶	のり弁ごはん のり弁具 五目金平 ウィンナー(2本) 佃煮昆布	スパゲッティ・ナポリタン ハムサラダ(盛り合わせ) ホワイトゼリー	揚げパン(1個) 肉うどん フルーツ白玉	ソースカツ丼 南瓜の煮物 りんご	
夕食		ご飯 魚の塩焼き(さけ) 野菜の天ぷら ウィンナー天ぷら カニカマサラダ(盛り合)	ご飯 牛肉の柳川風 ツナとキャベツのマヨネー すまし汁(そうめん)	ご飯 とり天 糸こんにゃく炒め 豆腐揚げ コンフィ	ご飯 八宝菜 春巻き ワタンスープ ミルクコーヒゼリー	ご飯 ビーフシチュー 野菜サラダ フルーツヨーグルト	
	6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)	12(日)
朝食	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(小松菜)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(じゃがいも)	ご飯 牛乳 ふりかけ みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(麩)	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(油揚げと大根)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハムとチーズ ヨーグルト
昼食	ご飯 コロケ(冷) 付)人参グラッセ チャブチ にら玉	ご飯 魚マヨネーズ焼き ブロッコリーとコーンのパ 手羽元揚げ甘辛煮 こんにゃく炒め	ご飯 チキンステーキ キャベツのしらすソテー 厚揚げチリソース ミートボールの甘辛あんか	食フルーツサンド クロワッサン(チョコ) ペペロンチーノ バナナ	ご飯 豚肉しょうが焼き 千種焼き チーズさけフライ(半分)	わかめおにぎり 鍋焼きうどん風 竹輪磯辺揚げ	ご飯 豚キムチ丼 水餃子
夕食	ご飯 さばの西京焼き風 棒棒鶏(小鉢) けんちん汁	ご飯 牛バーベキューソース 豆腐揚げ 若汁	ご飯 鶏肉のホイル焼きみそ煮 ほうれん草の竹輪ごまあえ ぶた汁	ご飯 マーボー豆腐1 春雨サラダ フルーツボンチ 卵とわかめのスープ	ご飯 豚角煮 甘酢和え すまし汁(豆腐とわかめ)	ご飯 ハンバーグ ポトフ ポロサラダ キャベツクリームスープ	ご飯 親子煮 ポテトサラダ ベリームース
	13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)	19(日)
朝食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 佃煮昆布 みそ汁(かぼちゃ)	ご飯 牛乳 ウィンナー(朝) みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(油揚げと大根)	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(玉ねぎ)	食パン(マーガリン) 牛乳 ツナ和え(パン) みかん缶	クロワッサン 牛乳 ゆで卵 ヨーグルト
昼食	ご飯 鶏肉の西京焼き たくあん和え 焼きビーフン 煮卵(半分)	ご飯 サバのカレー焼き アスパラソテー 冷)メンチカツ 南瓜のそぼろ煮	ご飯 肉野菜炒め ココット焼き ミートボールのトマト煮	フィッシュバーガー チキンチャップ マカロニグラタン(ミニ) じゃがバター	ご飯 牛肉三色ロール 付)ゆでブロッコリー 炊き合わせ ゴロっとさつま揚げ	ご飯 ラーメン 餃子(2個)	焼き鳥丼 ふるふき大根 ミニうどん(汁挽)
夕食	ご飯 油淋鶏 付)レタスとトマト 担々スープ みかんゼリー	ご飯 筑前煮 マカロニサラダ コンフィ すまし汁(えのき)	ご飯 ムニエル(さけ) 弁)きのこスパゲティ 野菜サラダ ビーフコンソメスープ	ご飯 肉豆腐 大根サラダ 卵スープ	ご飯 ミートローフ ポトフ キャベツのマヨ和え コンソメスープ	ご飯 ブルコギ 卵サラダ 杏仁豆腐	ご飯 肉じゃが きゅうりごま和え みそ汁(豆腐) みかん
	20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)	26(日)
朝食	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 サラダ(ミニトマト) みそ汁(なめこ)	食パン(いちごジャム) 牛乳 バナナ 野菜サラダ	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(もやし)	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(なめこ)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ヨーグルト みかん缶
昼食	ご飯 魚のマリネ オクラおかかしょうゆ 鶏ごぼう炒め ウィンナーのソテー	ご飯 鶏マーマレード焼き にんじんシリシリ 春雨のソテー イカリング	いなり寿司 五目うどん 抹茶水ようかん	サンド(ウィンナー) 食サンド(たまご) ポテトサラダ ペンネボロネーゼ弁 バイン缶	ご飯 鶏肉から揚げ 付)織キャベツ れんごんの金平風 チーズドッグ	おにぎり ちゃんぽん寮 たご焼き(3個)	ガバオうい 付)キャベツとトマト キャラメルポテト インスタントスープ
夕食	ご飯 クリームシチュー ハムサラダ キャロットゼリー	ご飯 煮しめ スパゲティサラダ けんちん汁	ご飯 ハンバーグ 粉ふきいも すまし汁(豆腐と青海苔) コンフィ	ご飯 豚の細切り炒め 春雨スープ みたらしだんご	ご飯 さばの竜田揚げ ほぐし鶏ときゅうりのゴマ ぶた汁	ご飯 鶏のみそ煮 ほうれん草のお浸し すまし汁(そうめん)	チキンカレー 野菜サラダ フルーツヨーグルト
	27(月)	28(火)	29(水)	30(木)			
朝食	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(なめこ)	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(豆腐)	ご飯 牛乳 温卵 みそ汁(キャベツ)	ご飯 牛乳 さけフレーク みそ汁(白菜)			
昼食	ご飯 魚のチーズ焼き スパゲティゆかり(弁) 牛肉のしぐれ煮 なすの味噌炒め	ご飯 鶏のみそ焼き コールスロー がんも煮(2個) コーンボール	ご飯 さけフライ ポークビーンズ1 さんまのおかか煮	照り焼きバーガー 弁)スパゲッティ・ナポリ かみかみチーズサラダ バナナ			
夕食	ご飯 豚カツ 付)サラダ ウィンナー(1本) すまし汁(豆腐と青海苔)	ご飯 すき焼き風煮 シーチキンサラダ かきたま汁	ご飯 魚の塩焼き(さけ) 肉味噌ビーフン さつま芋サラダ コンフィ	ご飯 ハンバーグ ポトフ 野菜サラダ ミネストローネ			