

							1(日)
朝 食							食パン(マーガリン) 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ
昼 食							牛丼 さつまいも天 みそ汁(なめこ)
夕 食							ご飯 豚肉しょうが焼き もやしナムル 春雨スープ
							8(日)
	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
朝 食	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(かぼちゃ)	ご飯 牛乳 ウィンナー(朝) みそ汁(もやし)	ご飯 牛乳 さけフレック みそ汁(玉ねぎ)	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁(豆腐としめじ)	ご飯 牛乳 漬物 みそ汁(じゃがいも)	食パン(マーガリン) 牛乳 キウイフルーツ インスタントスープ	シリアル 牛乳 ヨーグルト パン缶 インスタントスープ
昼 食	ご飯 豚肉のカレー炒め 五目豆 たらこスパゲッティ 佃煮見布	ご飯 ブロッコリー卵炒め 付)レタス(ドレ小包) ささみコン焼き がんも煮(2個) 節分豆	ご飯 牛肉三色ロール ひき肉と野菜の炒り卵 ウィンナー(2本) 冷)ゼリー	照り焼きバーガー ペンネポロネーゼ弁 コールスロー パン缶	ご飯 コロケ(冷) レンコンとひき肉の照焼 ブロッコリー卵炒め 厚揚げチリソース	焼きそば ピザトースト(半枚) りんご	親子丼 うどん(ミニ・天かす) 揚げパン(1個)
夕 食	ご飯 チキン南蛮 野菜サラダ ビーフコンソメスープ みかん	ご飯 恵方巻き 棒棒鶏サラダ 空也蒸し 節分豆 あおさ汁	ご飯 肉じゃが はぐし鶏ときゅうりのゴマ かきたま汁	ご飯 チヂミ ほうれん草のお浸し風 さつま汁	ご飯 八宝菜 ふろふき大根 さつま芋サラダ	ご飯 クリームシチュー 大根サラダ みたらしだんご	ご飯 チキンステーキ ポトフ 春雨スープ フルーツミックス
							15(日)
	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
朝 食	ご飯 牛乳 さけフレック みそ汁(じゃがいも)	食パン(6枚切り) 牛乳 野菜サラダ	食パン(マーガリン) 牛乳 ゆで卵 インスタントスープ	ご飯 牛乳 鶏そぼろ みそ汁(大根)	ご飯 牛乳 目玉焼き みそ汁(なめこ)	ご飯 牛乳 韓国のり みそ汁(キャベツ)	クロワッサン 牛乳 プリン インスタントスープ
昼 食	ご飯 さけフライ 付)織キャベツ チャプチェ 金平ごぼう	ご飯 オムレツ 付)ゆでブロッコリー ポテトチーズ焼き	血うどん りんご	サンドイッチ(ハムチーズ) カツサンド 鶏のさっぱり煮 バナナ	ご飯 チキンチャップ 炊き合わせ 竹輪カレー揚げ チーズドッグ	おにぎり カレーうどん ポトフ	中華丼 肉まん みかん
夕 食	ご飯 松風焼き 焼きビーフン カニカマが ミルクコーヒージェリー	ご飯 親子煮 糸こんにゃく炒め マカロニサラダ クラムチャウダー	ご飯 和風ハンバーグ じゃがバター マセドアンサラダ	ご飯 豚角煮 棒棒鶏風小鉢 すまし汁(えのき)	ご飯 ポークソテー まのこスパゲッティ チキンサラダ 野菜スープ	ご飯 ブルコギ 春雨サラダ(マヨ) 杏仁豆腐	チキンカレー カリカリベーコンサラダ フルーツヨーグルト
							22(日)
	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
朝 食	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(大根)	ご飯 牛乳 鶏ごぼう炒め みそ汁(じゃがいも)	ご飯 牛乳 さけフレック みそ汁(厚揚げとワカメ)	ご飯 牛乳 豚味噌 みそ汁(白菜)	ご飯 牛乳 目玉焼き 味噌汁(ほうれん草)	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(豆腐)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ハム・チーズ インスタントスープ
昼 食	ご飯 照り焼きチキン アスパラソテー いり豆腐 さつまいもの甘露煮	ご飯 若鶏のトマト煮 付)ゆでブロッコリー ココット焼き コーンボール	ご飯 うま塩チキン たらこスパゲッティ ポトフ 竹輪磯辺揚げ	食フルーツサンド 食サド(クイナ) れんこんべろんチーノ りんご	ご飯 魚マヨネーズ焼き キャベツのソテー キッシュ チキンナゲット	わかめご飯 肉うどん 竹輪磯辺揚げ	焼き鳥丼 さつまいもがね
夕 食	ご飯 魚の煮つけ ポテトサラダ ぎょうざスープ カスタードプリン	ご飯 鶏肉のホイル味噌焼き 春巻き のっぺい汁	ご飯 チンジャオロウスウ 大根チキンサラダ 肉団子スープ	ご飯 鶏肉から揚げ シュウマイ(枝豆) 付)レタスときゅうり ポトフ(スープ)	ご飯 ビーフシチュー 卵サラダ りんごゼリー	ご飯 マカロニグラタン 鶏レモン蒸し焼き 野菜サラダ ミネストローネ	ご飯 おでん 豚しゃぶが 春巻き ゼリー
							28(土)
	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	
朝 食	クリームパン 牛乳 カスタードプリン わかめスープ	ご飯 牛乳 納豆 みそ汁(かぼちゃ)	ご飯 牛乳 お茶漬け(インスタント) みそ汁(玉ねぎ)	ご飯 牛乳 高菜油炒め みそ汁(もやし)	ご飯 牛乳 さけフレック みそ汁(小松菜)	食パン(いちごジャム) 牛乳 ゆで卵 サラダ	
昼 食	ご飯 から揚げ定食 付)レタスときゅうり みそ汁(なめこ)	ご飯 照り焼きチキン まきゅうりごま和え 厚揚げチリソース 竹輪カレー揚げ	ご飯 豚肉しょうが焼き 弁)スパゲッティ・ナポリ ポテトサラダ ゼリー(小)	サド(クイナ) 食サンド(たまご) ペンネポロネーゼ弁 パン缶	ご飯 魚のムニエルマトソース ほうれん草のソテー なすの揚げだし 揚げ里芋の田楽	高菜ごはん ちゃんぽん寮 蒸しパン	
夕 食	ご飯 ムニエル(さけ) シーチキンサラダ ミネストローネ	ご飯 鶏のみそ焼き キムチチゲ豆腐 シーチキンサラダ(盛り合)	ご飯 マーボー豆腐1 コールスローサラダ 杏仁豆腐	巻き寿司 ハンバーグ 春雨サラダ ポトフ 冷)ゼリー	ご飯 豚肉のおろしソースかけ いなり揚げ卵煮 フルーチェ あおさ汁	ご飯 チンジャオロウスウ ポークビーンズ 中華スープ(とうふ) コンフィ	