

日	月	火	水	木	金	土
					1(誕生会) 赤飯 鯉の照り焼き 茶わん蒸し ほうれん草の白和え 香の物・フルーツヨーグルト	2(誕生会) 赤飯 鯉の照り焼き 茶わん蒸し ほうれん草の白和え 香の物・フルーツヨーグルト
3	4	5	6	7	8	9
	チキンカレーライス コールスローサラダ 小松菜のなめ草和え 香の物 フルーツ	ごはん・味噌汁 豚肉の生姜焼き ひじきの煮物 オレンジと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 イワシのフライ 金時豆の甘煮 キャベツのゆかり和え 香の物・フルーツ	親子丼 味噌汁 南瓜サラダ ほうれん草の胡麻和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 鶏肉の照り焼き コールスローサラダ アスパラの胡麻和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 豚しゃぶの胡麻ドレかけ さつま芋の甘煮 ブロッコリーのマヨ和え 香の物・フルーツ
10	11	12	13	14	15	16
	ごはん・味噌汁 豚肉の天ぷら きんぴらごぼう ワカメと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 カラスカレイのピカタ 茄子の煮びたし ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ	五目ごはん 味噌汁 肉じゃが ほうれん草のおひたし 香の物・フルーツ	ごはん・かき玉汁 茄子と豚肉の味噌炒め 粉ふき芋 トマトと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 <small>揚げだし豆腐のきのこおろしあん</small> 金時豆の甘煮 ピーマンのおかか和え 香の物・フルーツ	とろろごはん 味噌汁 棒棒鶏 ほうれん草のおかか和え 香の物・フルーツ
17	18	19	20	21	22	23
	ごはん・かき玉汁 白身魚のトマトソースかけ 大豆の五目煮 キャベツの塩昆布和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 豆腐ハンバーグ 人参のきんぴら アスパラのマヨ和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 サバの塩焼き ひじきの煮物 ピーマンのおかか和え 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 チキンカツ 切干大根の煮物 リンゴと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	三食丼 すまし汁 茄子のおかか煮 卵豆腐 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 赤魚の煮付け ポテトサラダ 春雨とハムの酢の物 香の物・フルーツ
24	25	26	27	28	29	30
	ごはん・味噌汁 野菜のかき揚げ 茄子の煮びたし カニカマと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ハヤシライス サラダスバゲティー(ツナ入り) インゲンの胡麻和え 香の物 フルーツ	ごはん・味噌汁 豚肉のピカタ 大豆の五目煮 トマトと胡瓜の酢の物 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 鮭のタラマヨかけ 南瓜の煮物 冷奴 香の物・フルーツ	ごはん・味噌汁 カラスカレイのフライ 厚揚げと大根の煮物 竹輪とわけぎの酢味噌和え 香の物・フルーツ	ごはん・かき玉汁 麻婆茄子 春雨サラダ ブロッコリーのおかか和え 香の物・フルーツ

※食材の都合によりメニューが変更になる場合があります。