

予 定 献 立

					1日(金)	2日(土)	3日(日)
朝 食					ご飯 野菜炒め マカロニサラダ みそ汁(豆腐・若布) 牛乳	食パン 厚揚げと里芋の煮物 青菜のお浸し いちごジャム 牛乳	ご飯 スクランブルエッグ カリフラワーサラダ みそ汁(畑菜・麩) 牛乳
昼 食					ご飯 焼き肉風炒め ひじきの煮物 白菜のゆず和え みそ汁(卵・葱)	ご飯 白身魚のムニエル ハムともやしのソテー 野菜サラダ コンソメスープ(ほうれん草・椎茸)	ご飯 豚肉の生姜焼き なすの含め煮 キャベツの酢味噌和え お吸物(素麺・葱)
間 食					抹茶ゼリー	チョコパイ	レモンケーキ
夕 食					ご飯 赤魚のおろし煮 じゃが芋の甘辛炒め 青梗菜の和風和え リンゴ缶	麦ごはん 豚肉の味噌漬け焼き かぶのくず煮 小松菜の胡麻和え しその実漬け	ご飯 めばるの香味焼き 大豆と昆布の煮物 白菜の和え物 オレンジ

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)
朝食	ホタテ風味雑炊 豆腐のそぼろがけ <small>ほうれん草の和風マヨ和え</small> のりつく 牛乳	ご飯 がんもの煮物 白菜のゆかり和え みそ汁(畑菜・麩) 牛乳	ご飯 はんぺんの煮物 春菊のおかか和え みそ汁(えのき・いんげん) 牛乳	ご飯 焼豆腐の煮物 ほうれん草のお浸し みそ汁(キャベツ・しめじ) 牛乳	ご飯 オムレツ オクラのなめたけ和え みそ汁(厚揚げ・絹さや) 牛乳	バターロール <small>じゃが芋とツナの炒め物</small> 青菜のドレッシング和え リンゴジャム 牛乳	菜飯雑炊 厚揚げのトロミ煮 青梗菜の胡麻和え うめびしお 牛乳
昼食	ご飯 カレイの揚げ煮 ごぼうの甘辛炒め 大根の浅漬け みそ汁(冬瓜・絹さや)	ご飯 豆カレー スパゲティサラダ 福神漬け 乳酸菌飲料	ご飯 さばの七味焼き 切干大根の炒め煮 カリフラワーの甘酢漬け みそ汁(青菜・若布)	麦ごはん <small>豚肉と野菜のオイスター炒め</small> かに焼売 春雨サラダ 中華風かきたま汁	おかめそば 肉焼売 もやしの和え物 マスカットゼリー	ご飯 煮込みハンバーグ カリフラワーソーテー ミモザサラダ <small>コンソメスープ(ほうれん草・人参)</small>	ご飯 さばのカレー風味焼き ぜんまい煮 小松菜の和え物 みそ汁(玉葱・かぶの葉)
間食	どら焼き	モカロールケーキ	黒糖饅頭	水ようかん	ドーナツ	いちごムース	チョコパン
夕食	ご飯 中華風卵焼き 焼きビーフン 青梗菜のナムル 杏仁ムース	麦ごはん <small>ますのちゃんちゃん焼き</small> かぶの含め煮 二色和え 黄桃缶	ご飯 親子煮 <small>里芋の煮っころがし</small> 小松菜とツナの和え物 つぼ漬け	ご飯 たらの照り煮 <small>かぼちゃのそぼろあんかけ</small> しろなのわさび和え みかん缶	ご飯 鶏肉の玉葱ソース 青梗菜の煮浸し もずく酢 パイン缶	ご飯 たらの塩麴焼き なすの味噌炒め 白菜のポン酢和え 茶福豆	ご飯 チキンカツ かぶの土佐煮 ブロッコリーサラダ マンゴー缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予 定 献 立

	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)
朝 食	ご飯 納豆 大根の炒り煮 みそ汁(もやし・絹さや) 牛乳	ご飯 野菜つみれの煮物 キャベツとしらすの生姜和え みそ汁(うまい菜・しめじ) 牛乳	ご飯 イワシの蒲焼き なすの和風和え みそ汁(玉葱・若布) 牛乳	ご飯 炒り卵のあんかけ 青菜の胡麻醤油和え みそ汁(里芋・絹さや) 牛乳	きのこ雑炊 厚揚げの含め煮 ほうれん草のなめたけ和え たいみそ 牛乳	食パン チキンボールのケチャップソテー 大根の柚子風味和え ママレードジャム 牛乳	ご飯 さつま揚げの甘辛煮 小松菜のおかか和え みそ汁(さつま芋・葱) 牛乳
昼 食	ご飯 豚肉のポン酢炒め 里芋の煮ころがし いんげんのごま和え みそ汁(白菜・葱)	ご飯 ブリの柚庵焼き 冬瓜のくず煮 ブロッコリーの和え物 みそ汁(麩・豆苗)	タンメン 焼餃子 ほうれん草のナムル いちごゼリー	ご飯 鶏肉の葱塩炒め ごぼうの旨煮 ブロッコリーのサラダ みそ汁(オクラ・しめじ)	ポークカレー コールスローサラダ 福神漬け ピーチムース	ご飯 肉豆腐 温泉卵 しろなのからし和え みそ汁(冬瓜・若布)	ご飯 さばの味噌煮 きんぴらポテト かぶの塩昆布和え お吸物(素麺・大根葉)
間 食	カスタードケーキ	人形焼き	クレープ	炭酸饅頭	芋羊羹	カフェオレゼリー	ドームケーキ(カスタード)
夕 食	麦ごはん 赤魚の山椒煮 ごぼうの甘辛炒め ほうれん草の磯和え オレンジ	ご飯 ふくさ焼き 青梗菜のソテー マカロニサラダ しその実漬け	ご飯 鶏肉の味噌焼き さつま芋の煮物 カリフラワーのゆかり和え 黄桃缶	麦ごはん 白身魚のマヨネーズ焼き かぶのかにあんかけ いんげんのおかか和え 胡瓜漬け	ご飯 あじの照り焼き 小松菜の煮浸し ザーサイ和え みかん缶	ご飯 銀鱈のみりん焼き ひじきの煮物 白菜のポン酢和え パイン缶	ご飯 鶏肉のカレー風味焼き マカロニのケチャップソテー グリーンサラダ リンゴ缶

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
朝食	<p>ご飯 炒り豆腐 いんげんのごまサラダ みそ汁(畑菜・麩) 牛乳</p>	<p>ご飯 和風チキンオムレツ ブロッコリーとツナのサラダ みそ汁(玉葱・しめじ) 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜つみれの煮物 オクラの生姜和え みそ汁(もやし・葱) 牛乳</p>	<p>かに風味雑炊 高野豆腐の卵とじ ほうれん草の中華和え ゆずみそ 牛乳</p>	<p>ご飯 がんもの煮物 青梗菜のお浸し みそ汁(玉葱・麩) 牛乳</p>	<p>黒糖ロール ウインナーと青梗菜の炒めもの オクラのなめたけ和え いちごジャム 牛乳</p>	<p>ご飯 納豆 しろなとさつま揚げの煮浸し みそ汁(ほうれん草・絹さや) 牛乳</p>
昼食	<p>ご飯 松風焼き 里芋の煮物 なすのポン酢和え お吸物(はんぺん・豆苗)</p>	<p>麦ごはん ますの和風ムニエル 大根とさつま揚げの煮物 小松菜とえのきの和え物 みそ汁(白菜・揚げ)</p>	<p>ご飯 チキンチャップ さつま芋のレモン煮 スパゲティサラダ コンソメスープ(畑菜・コーン)</p>	<p>ご飯 白身魚のバター醤油焼き かぶと油揚げの含め煮 いんげんのごま和え みそ汁(じゃが芋・大根葉)</p>	<p>勤労感謝の日 赤飯 赤魚の煮付け 茶碗蒸しきのこあんかけ 春菊の胡麻和え 鳴門金時のショートケーキ</p>	<p>肉うどん ちくわの磯辺揚げ もやしの和え物 ぶどうゼリー</p>	<p>ご飯 あじの漬け焼き 厚揚げのくず煮 さつま芋のマヨネーズ和え みそ汁(かぶ・葱)</p>
間食	ライチゼリー	ドーナツ	マドレーヌ	杏仁ムース	もみじ饅頭	バームクーヘン	喫茶
夕食	<p>ご飯 白身魚フライ エビとほうれん草の炒め物 もやしのサラダ かつおおかか</p>	<p>ご飯 豚肉のにんにく醤油炒め かぼちやの煮物 胡瓜の酢の物 みかん缶</p>	<p>ご飯 カレーのおろし煮 なすの味噌炒め 青梗菜の青じそ炒め ゆずムース</p>	<p>ご飯 豚カツ カリフラワーのコンソメ煮 玉葱サラダ 黄桃缶</p>	<p>ご飯 鶏肉の香味ソースかけ ごぼうの炒り煮 小松菜の和え物 高菜漬け</p>	<p>ご飯 干草焼き 冬瓜の土佐煮 白菜のからし和え パイン缶</p>	<p>ご飯 回鍋肉 かに焼売 春雨サラダ 桜大根</p>

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。

予定献立

	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	
朝食	<p>ご飯 いわしの蒲焼き 大根の青じそ和え みそ汁(麩・しめじ) 牛乳</p>	<p>ご飯 野菜つみれの煮物 春菊の和え物 みそ汁(若布・揚げ) 牛乳</p>	<p>ツナ雑炊 厚揚げの煮物 なすの和風サラダ のりつく 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>魚肉ソーセージとピーマンの炒め煮</small> ほうれん草の錦糸和え みそ汁(麩・若布) 牛乳</p>	<p>ご飯 <small>里芋とさつま揚げの煮物</small> オクラのお浸し みそ汁(豆腐・大根葉) 牛乳</p>	<p>食パン スクランブルエッグ 豆サラダ リンゴジャム 牛乳</p>	
昼食	<p>ご飯 チキンカレー フレンチサラダ ジョア</p>	<p>中華飯 焼きビーフン ザーサイ和え <small>中華スープ(冬瓜・大根葉)</small></p>	<p>ご飯 豚肉のしぐれ煮 青梗菜の炒め物 キャロットサラダ みそ汁(かぶ・かぶ葉)</p>	<p>ご飯 赤魚の照り焼き 肉じゃが 胡瓜の浅漬け みそ汁(うまい菜・椎茸)</p>	<p>ご飯 <small>カリフラワーのかにあんかけ</small> 白菜のナムル <small>中華スープ(春雨・豆苗)</small></p>	<p>ご飯 鶏肉の塩麩焼き <small>あさりとキャベツの中華炒め</small> マカロニサラダ <small>コンソメスープ(玉葱・コーン)</small></p>	
間食	ずんだどら焼き	ロールケーキ(いちご)	味噌饅頭	チョコクレープ	ヨーグルトババロア	きみしぐれ	
夕食	<p>ご飯 <small>白身魚のトマトソースかけ</small> コールスローサラダ コンソメ煮 マンゴー缶</p>	<p>麦ごはん 金目鯛の煮付け レバー炒め <small>ほうれん草の和え物</small> リンゴ缶</p>	<p>ご飯 豆腐ハンバーグ かぼちゃの旨煮 <small>キャベツのゆかり和え</small> うずら豆</p>	<p>ご飯 <small>揚げ鶏のタルタルソース</small> もやしのソテー 野菜サラダ パイン缶</p>	<p>ご飯 ブリ大根 れんこんきんぴら さつま芋サラダ 黄桃缶</p>	<p>ご飯 鱈の西京焼き <small>なすの揚げびたし</small> 三色和え ピーチムース</p>	

※この献立は行事・その他の都合により変更することがありますので、ご了承下さい。