

|   |  |  |   | 1(金)   | 2(土)   | 3(日)  |
|---|--|--|---|--|--|---|
| 朝 |  |  |   | 米飯(米50)<br>みそ汁(玉葱)<br>ポークビーンズ                                | 薄皮ミニ(チョコ)<br>牛乳<br>白菜のクリーム煮                              | おじゃ(鶏ミンチ)<br>みそ汁(もやし)<br>玉葱とソーセージのソテー<br>ヤクルト               |
| 昼 |  |  |   | ちらし寿司<br>ゆず味噌田楽<br>すまし汁<br>リンゴ缶                              | 米飯(米50)<br>ムニエル(さけ)<br>ほうれん草のナムル<br>コーンスープ<br>野菜漬        | 米飯(米50)<br>オムレツ<br>ごぼうサラダ<br>豚汁<br>フルーツ(リンゴ)                |
| 昼 |  |  |   |  | ひとくちまんじゅう  | やわらかおかき   |
| 夕 |  |  |   | 米飯(米50)<br>だし巻き卵と野菜の煮物<br>ツナの酢の物<br>みそ汁(大根)<br>フルーツ(もも缶)     | ゆかりごはん<br>ちゃんぽん麺<br>カニかまのサラダ<br>バナナ(1/2)                 | 米飯(米50)<br>なすと厚揚げのみそめ<br>春雨サラダ<br>みそ汁(豆腐と麩)<br>しば漬け         |
|   |  |  |   | 4(月)   | 5(火)   | 6(水)  |
| 朝 | 米飯(米50)<br>納揚げと小松菜の煮物<br>みそ汁(もやし)<br>ヨーグルト                     | チョコチップスナックパン<br>牛乳<br>パネツとまぐろの和え                             | 米飯(米50)<br>みそ汁(玉葱)<br>大豆サラダ<br>ジャア(ストロベリー)                  | 薄皮ミニ(白あん)<br>牛乳<br>野菜炒め                                      | 米飯(米50)<br>みそ汁(白菜)<br>なすのオリーブ炒め<br>ジャア(ストロベリー)           | スナックパン(さつまいも)<br>牛乳<br>ピーナツ和え                               |
| 昼 | 三色丼<br>キャベツのサラダ<br>味噌汁(しめじ)<br>フルーツ(みかん缶)                      | 米飯(米50)<br>さわらの山椒焼き<br>春菊のごまあえ<br>みそ汁(かぼちゃと油揚げ)<br>フルーツ(もも缶) | オムライス<br>ほうれん草サラダ<br>コーンスープ<br>福神漬                          | 米飯(米50)<br>デミグラスソースハンパ<br>マトのサラダ<br>コンソメスープ                  | 米飯(米50)<br>おでん<br>エビと胡瓜の酢のもの<br>うぐいす豆<br>バナナ(1/2)        | 米飯(米50)<br>お好みたまご<br>ほうれん草のごま味噌あえ<br>みそ汁(茄子)<br>みかん(1/2)    |
| 昼 | ミニ今川焼き   | 焼きプリンタルト   | ふかし芋  | ブルーチェ  | バナナカステラ  | お菓子   |
| 夕 | 米飯(米50)<br>はたてのクリームシチュー<br>きゅうりの酢の物<br>鶏レバーの味噌煮<br>みそ汁(豆腐となめこ) | カレーライス<br>中華サラダ<br>らっきょう<br>らっきょう                            | 米飯(米50)<br>ムニエル(たちうお)<br>おひたし<br>みそ汁(豆腐と麩)<br>みかん(1/2)      | 米飯(米50)<br>厚揚げの肉詰め煮<br>カニかまのサラダ<br>みそ汁(大根)<br>たくあん漬          | 米飯(米50)<br>さわらの味噌焼き<br>マカロニサラダ<br>みそ汁(キャベツ)<br>漬物(きゅうり漬) | ひじきご飯<br>厚揚げのあんかけ<br>山芋の酢の物<br>みそ汁(白菜)                      |
|   |  |  |   | 11(月)  | 12(火)  | 13(水)   |
| 朝 | 米飯(米50)<br>味噌汁(さつまいも)<br>切り干し大根のソテー<br>ジャア(ストロベリー)             | 薄皮ミニ(あんパン)<br>牛乳<br>納揚げと小松菜の煮物                               | 米飯(米50)<br>みそ汁(玉葱)<br>コーンスープ<br>ヨーグルト                       | スティックパン(プレーン)<br>牛乳<br>スクランブルエッグ                             | 米飯(米50)<br>みそ汁(豆腐と麩)<br>大豆サラダ                            | スナックパン(さつまいも)<br>牛乳<br>ポークビーンズ                              |
| 昼 | 米飯(米50)<br>ホッケの生姜焼き<br>いなりと納豆のサラダ<br>鶏レバーの味噌煮<br>みそ汁(青菜)       | 米飯(米50)<br>豚肉のカレー焼き<br>三色和え<br>コーンスープ<br>バナナ(1/2)            | 米飯(米50)<br>いわしの煮付(備前使用)<br>キャベツのごま酢和え<br>かきたま汁<br>フルーツ(もも缶) | 若菜ごはん<br>たまきそば<br>ツナの酢の物<br>フルーツ(リンゴ)                        | 米飯(米50)<br>ミートローフ<br>キャベツのサラダ<br>コンソメスープ<br>みかん(1/2)     | 栗ご飯<br>筑前煮<br>ほうれん草のからし和え<br>かきたま汁<br>フルーツ(かき)              |
| 昼 | ミニ肉まん  | シルベース  | スイートポテト   | しっとりまんじゅう(吹雪)  | バウムクーヘン  | プリン   |
| 夕 | ゆかりごはん<br>焼きそば<br>大根サラダ<br>みそ汁(豆腐と小松菜)<br>バナナ(1/2)             | ハヤシライス<br>フレンチサラダ<br>コンソメスープ<br>らっきょう                        | 米飯(米50)<br>肉団子の甘酢あんかけ<br>しらあじ<br>みそ汁(白菜)<br>たくあん漬           | 米飯(米50)<br>メンチカツ<br>ひじきのサラダ<br>みそ汁(大根)<br>フルーツ(みかん缶)         | 米飯(米50)<br>千草焼き<br>白菜のクリーム煮<br>みそ汁(豆腐となめこ)<br>つば漬け       | 米飯(米50)<br>えびフライ<br>胡瓜ともやしの酢の物<br>みそ汁(豆腐と小松菜)<br>たくあん漬      |
|   |  |  |   | 18(月)  | 19(火)  | 20(水)   |
| 朝 | 米飯(米50)<br>味噌汁(厚揚げ・小松菜)<br>ピーナツ和え<br>ヨーグルト                     | 薄皮ミニ(チョコ)<br>牛乳<br>ほうれん草サラダ                                  | 米飯(米50)<br>みそ汁(かぼちゃと油揚げ)<br>白菜のソテー<br>ジャア(ストロベリー)           | チョコチップスナックパン<br>牛乳<br>ひじきソテー                                 | 米飯(米50)<br>みそ汁(玉葱)<br>マカロニサラダ<br>ヤクルト                    | スナックパン(さつまいも)<br>牛乳<br>チンゲン菜のソテー                            |
| 昼 | 米飯(米50)<br>牛肉の柳川風<br>茄子とじゃがいものごま味<br>みそ汁(豆腐・青菜・椎茸)<br>しば漬け     | ゆかりごはん<br>牛肉の柳川風<br>シーチキンサラダ<br>フルーツ(みかん缶)                   | にぎり寿司<br>ほうれん草の白和え<br>赤だし<br>フルーツ(かき)                       | 親子丼<br>ブロッコリーのサラダ<br>味噌汁(さつまいも)<br>フルーツ(もも缶)                 | 米飯(米50)<br>かき揚げ<br>ほうれん草の煮付け<br>すまし汁(卵)<br>フルーツ(パイナップル)  | カレーライス<br>キャベツのサラダ<br>らっきょう<br>フルーツ(もも缶)                    |
| 昼 | お菓子  | ミニマドレーヌ  | 焼きプリンタルト  | プリン  | 栗入り饅頭  | ベビーシュークリーム  |
| 夕 | 三色丼<br>ゆず味噌田楽<br>青しそサラダ<br>バナナ(1/2)                            | 米飯(米50)<br>白身魚の味噌焼き<br>スバゲティサラダ<br>卵スープ<br>白菜漬               | 米飯(米50)<br>カニ卵あんかけ<br>チキンサラダ<br>みそ汁(豆腐と小松菜)<br>みかん(1/2)     | 米飯(米50)<br>揚げだし豆腐のそぼろあん<br>中華サラダ<br>すまし汁(えのき)                | 米飯(米50)<br>鶏肉のつくね煮<br>ツナの酢の物<br>あきりのすまし汁<br>バナナ(1/2)     | 米飯(米50)<br>鮭のチャンチャン焼き<br>豆腐の田楽<br>味噌汁(ほうれん草)<br>野菜漬         |
|   |  |  |   | 25(月)  | 26(火)  | 27(水)   |
| 朝 | 米飯(米50)<br>みそ汁(もやし)<br>カレーソテー<br>ヨーグルト                         | 薄皮ミニ(あんパン)<br>牛乳<br>切り干し大根のソテー                               | 米飯(米50)<br>みそ汁(じゃがいも)<br>小松菜の煮返し<br>ヨーグルト                   | スティックパン(プレーン)<br>牛乳<br>大豆サラダ                                 | 米飯(米50)<br>味噌汁(ほうれん草)<br>納揚げと小松菜の煮物<br>ヤクルト              | 薄皮ミニ(白あん)<br>牛乳<br>ほうれん草サラダ                                 |
| 昼 | いなり寿司4個<br>ほうれん草のお浸し<br>茶わん蒸し<br>みかん(1/2)                      | 米飯(米50)<br>鶏の生姜焼き<br>スバゲティサラダ<br>卵スープ<br>白菜漬                 | 米飯(米50)<br>さわらの山椒焼き<br>ほうれん草の白和え<br>味噌汁(さつまいも)<br>フルーツ(もも缶) | 米飯(米50)<br>豚肉の中華風煮込み<br>春菊のごまあえ<br>みそ汁(かぼちゃと油揚げ)<br>バナナ(1/2) | 栗ご飯<br>千草焼き<br>ほうれん草のピーナツ漬<br>粕汁<br>みかん(1/2)             | ゆかりごはん<br>きつねうどん<br>かぼちゃサラダ<br>フルーツ(もも缶)                    |
| 昼 | さつまいも蒸しパン  | バナナカステラ  | 栗ぜんざい(餅無し)  | ミニどら焼き   | もみじ饅頭  | ミニたい焼き  |
| 夕 | 米飯(米50)<br>ポークチャップ<br>キャベツのごま酢和え<br>味噌汁(しめじ)<br>茄子の漬物          | 米飯(米50)<br>赤魚の味噌漬焼き<br>ブロッコリーのゆず和え<br>味噌汁(厚揚げ・小松菜)<br>たくあん漬  | オムライス<br>切り干し大根とオクラのサ<br>フルーツ(パイナップル)<br>福神漬                | 米飯(米50)<br>和風ハンバーグ<br>春雨サラダ<br>みそ汁(青菜)<br>フルーツ(みかん缶)         | 米飯(米50)<br>変わり肉じゃが<br>ひじきのサラダ<br>みそ汁(白菜)<br>かつおぶりかけ      | 米飯(米50)<br>カニ卵あんかけ<br>春菊としめじの和え<br>みそ汁(豆腐と小松菜)<br>漬物(きゅうり漬) |