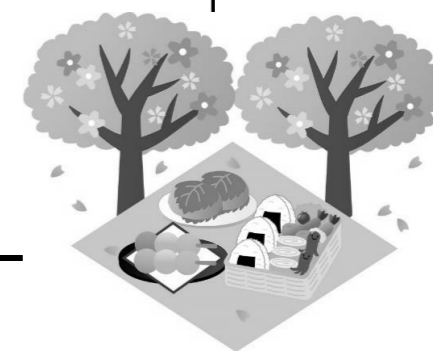


日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
				鶏のレモンペッパー焼き マカロニサラダ ごはん コーンスープ フルーツ	天ぷら おくらとめかぶの和え物 漬物 ごはん 味噌汁	秋刀魚の塩焼き 高野豆腐の煮物 いんげんの胡麻和え ごはん 味噌汁
5	6	7	8	9	10	11
	エビマヨ ほうれん草と平天の煮物 春雨サラダ ごはん 中華スープ	わかめごはん 卵あんかけうどん ゆず大根 黒糖くず餅		鮭の散らし寿司 筍とわらびの昆布煮 赤だし フルーツ	チキンピカタ 切り干し大根煮 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	焼肉丼 白菜のゆかり和え 中華卵スープ フルーツ
12	13	14	15	16	17	18
	麻婆豆腐 イカフライ 胡瓜のザーサイ和え ごはん 中華スープ	鱈の唐揚げ がんもどきの煮物 緑野菜の湯葉和え ごはん 味噌汁		鶏の治部煮 真だら子旨煮 酢の物 ごはん 味噌汁	味噌ラーメン 春巻き 漬物 ごはん フルーツ	鮭の幽庵焼き 南瓜のそぼろあん 胡麻豆腐 ごはん 味噌汁
19	20	21	22	23	24	25
	天ぷら 大根なます 漬物 ごはん 味噌汁	梅ちりめんごはん お好み焼き カリフラワーと卵のサラダ 味噌汁		チキン南蛮 ごぼう煮合い ほうれん草のおかか和え ごはん 味噌汁	巻き寿司 いなり寿司 ふわふわ豆腐の煮物 赤だし 抹茶水ようかん	豚しゃぶカレー シルバーサラダ 福神漬け フルーツ
26	27	28	29	30		
	肉豆腐 ねばねば和え 金時豆 ごはん 味噌汁	ホキの西京焼き 小松菜と厚揚げの煮物 お豆の胡麻ドレサラダ ごはん かき玉汁		白身魚フライ 青梗菜炒め煮 甘酢和え ごはん 味噌汁		



※ メニューは変更になる場合があります。