

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
昼						
				赤飯 ホキの西京焼き 若竹煮 小松菜のごまマヨ和え すまし汁	照り焼きチキン丼 うまい菜の煮浸し 酢の物 ごはん かきたま汁	鯖の煮付け 卵の花煮 ピーマンとちくわのきんぴら ごはん 味噌汁
				夕		豚肉と野菜の煮物 春巻き 焼き茄子 ごはん 味噌汁
4	5	6	7	8	9	10
昼						
カレイのムニエル ひじき煮 ブロッコリーと卵のサラダ ごはん 味噌汁	♪こどもの日メニュー♪	豚肉ともやしのオイスター炒め うまい菜のおかか和え ポテトサラダ ごはん 味噌汁	梅ちりごはん ハイカラうどん ほうれん草のソテー 水ようかん	天ぷら きゅうりとちくわの梅和え 漬物 ごはん 赤だし汁	キーマカレー 大根サラダ 福神漬け フルーツゼリー	♪母の日メニュー♪
夕						
茶そば とり天 人参とピーマンのごま和え ごはん 味噌汁	あじ南蛮漬け かぼちゃ含め煮 キャベツとコーンのお浸し ごはん 味噌汁	ぶり照り焼き 切り干し大根煮 おからごぼう ごはん 味噌汁	鶏肉と里芋の煮物 卵豆腐 大根なます ごはん 味噌汁	豆腐ハンバーグ 小松菜の卵とじ オクラとめかぶの和え物 ごはん 味噌汁	鯖とわかめのあつさり煮 ピーマン肉詰めフライ 白菜と人参の甘酢和え ごはん 味噌汁	鶏肉のすき焼き風 豆の煮物 きゅうりとねぎの塩だれ和え ごはん 味噌汁
11	12	13	14	15	16	17
昼						
鮭の塩焼き 小松菜とちくわの煮物 ベーコンと大豆のトマト煮 ごはん 味噌汁	八宝菜 シュウマイ ブロッコリーのおかか和え ごはん 中華スープ	お好み焼き やわらかいか天ぷら 菜種和え ごはん 味噌汁	油淋鶏 伴三糸 彩りおさつ ごはん 味噌汁	めばるの煮つけ きのこのソテー わけぎの柚子味噌和え ごはん すまし汁	焼きそば たけのごシュウマイ 菜の花の辛子和え ごはん 味噌汁	鶏のパン粉焼き 金平ごぼう おくらのおかか和え ごはん 味噌汁
夕						
一口とんかつ からし菜ときくらげの田舎風 みかんなます ごはん 味噌汁	たらの幽庵焼き 里芋のそぼろあんかけ 卵焼き ごはん 味噌汁	豚肉とがんもの煮物 茄子のおろし和え 南瓜サラダ ごはん 味噌汁	いわしの梅煮 人参とわかめの土佐煮 ごぼうサラダ ごはん 味噌汁	和風ロールキャベツ ぜんまいの煮物 ツナの胡麻ドレ和え ごはん 金時豆	炒り豆腐 ブロッコリーのごまボン酢和え 湯葉と青梗菜の炒め煮 ごはん 味噌汁	赤魚のトマトカレー煮 さつま芋のレモン煮 ひじきのサラダ ごはん 味噌汁
18	19	20	21	22	23	24
昼						
さわらの西京焼き 高野の卵とじ いんげんの胡麻和え ごはん すまし汁	鶏のレモンペッパー焼き 南瓜の煮物 あさりとキャベツの生姜和え ごはん 味噌汁	サラダ巻き いなり寿司 いんげんの鶏そぼろあんかけ すまし汁 水ようかん	エビフライ 冬瓜の煮物 甘酢和え ごはん 味噌汁	チキンカレー 盛合わせサラダ 福神漬け プリン	ホキのムニエル 茄子の煮物 大根のマヨネーズサラダ ごはん すまし汁	豚肉のブルコギ風 温泉卵 もやしの甘酢和え ごはん 味噌汁
夕						
和風とんてき 白菜と春雨の煮物 チーズ入り磯辺かまぼこ ごはん 味噌汁	太刀魚の梅煮 厚揚げの和風麻婆 マカロニサラダ ごはん 味噌汁	鶏団子と白菜の煮物 里芋サラダ おくらめかぶモロヘイヤ和え ごはん 味噌汁	牛肉の甘辛 五目厚焼き玉子 ほうれん草ナムル ごはん 味噌汁	鮭のタルタル焼き 揚げ茄子の甘辛煮 青梗菜のソテー ごはん 味噌汁	豚肉のあつさり煮 ピーマンと竹輪の金平 ねばとろ和え ごはん 味噌汁	白身魚の香草焼き 一口コロケ キャベツのマリネ ごはん 味噌汁
25	26	27	28	29	30	31
昼						
鶏肉と筍の煮合わせ 野菜オムレツ ほうれん草のなめたけ和え ごはん 味噌汁	かに玉あんかけ 蓮根のはさみ揚げ 中華スープ ごはん 杏仁豆腐	天ぷら 春菊としめじの浸し 佃煮 ごはん 味噌汁	赤魚のおろし煮 野菜コロッケ ピーマンのじゃこ炒め ごはん 味噌汁	肉団子甘酢あんかけ もやしのゆかり和え 焼き茄子の田楽風 ごはん 味噌汁	☆ご当地メニュー☆ 鹿児島 鹿児島	肉豆腐 柱フライ 胡瓜とわかめの酢の物 ごはん 味噌汁
夕						
あじ漬け焼き きのこ入りひじき煮 大学芋 ごはん 味噌汁	ホイコーロー チャプチェ 冷奴 ごはん 味噌汁	鯖の味噌煮 人参しりしり カリフラワーサラダ ごはん 味噌汁	お誕生日メニュー 	白身魚揚げ煮 切り昆布と油揚げの煮物 ブロッコリーのごま和え ごはん 味噌汁	たらのソテー 豆腐ナゲット 大根とあげの煮物 ごはん 味噌汁	ぶり甘酢あんかけ みずくわいの中華炒め スパゲティサラダ ごはん 味噌汁

※ メニューは変更になる場合があります。