

日付	朝食								昼食								夕食							
	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに	小麦	卵	乳	そば	落花生	ごま	えび	かに
1 9 17 25 日 A	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ねぎ卵焼き さつまあげの煮物 焼き魚 ひじきのサラダ 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								冷やし中華 ナシゴレン カレーライス スイートポテトコロケ ポークシュウマイ 春雨の酢の物 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん ゆかりご飯 豚焼肉 蓮根磯辺揚げ ソーススパゲティー フライドポテト 冷やっこ 青菜のピーナツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 はんぺんと椎茸の醤油汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ スクランブルエッグ ウインナー 焼き魚 切干し大根の煮物 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								山菜そば ソースかつ丼 カレーライス 椎茸肉詰めフライ 高野豆腐の煮物 マカロニサラダ 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん、ピラフ ハンバーグデミソース スイートコーンフライ 桜海老とキャベツのペンネパスタ フライドポテト きゅうりと笹かまのわさび和え 玉ねぎと海藻のツナサラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 パンプキンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ コンビネーションオムレツ ミートコロケ 焼き魚 切り昆布の煮物 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								ためきうどん 牛焼肉丼 カレーライス さんまの竜田揚げ 牛蒡巻の煮物 ブロッコリーのピーナツ和え 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん、十五穀米 焼鳥 小籠包 焼きそば フライドポテト ぜんまいの白和え レタスとじゃこのサラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 そうめん汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ 卵ロール めひかりから揚げ がんもの煮物 きんぴらごぼう 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								スパゲティーミートソース 高菜ピラフ カレーライス エビカツ ミックスベジタブルソテー ポテトサラダ 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん わかめごはん 回鍋肉 中華春巻き チャプチェ フライドポテト たけのこ土佐煮 おくらごま和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ワントンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ ねぎ卵焼き さつまあげの煮物 焼き魚 ひじきのサラダ 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								冷たいそば 豚丼 カレーライス 黒はんぺんフライ なすの天ぷら 高野豆腐の煮物 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん ゆかりご飯 豚焼肉 蓮根磯辺揚げ ソーススパゲティー フライドポテト 冷やっこ 青菜のピーナツ和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 はんぺんと椎茸の醤油汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ スクランブルエッグ ウインナー 焼き魚 切干し大根の煮物 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								塩ラーメン 麻婆豆腐丼 カレーライス 餃子フライ 大学芋 野菜中華炒め 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん、ピラフ ハンバーグデミソース スイートコーンフライ 桜海老とキャベツのペンネパスタ フライドポテト きゅうりと笹かまのわさび和え 玉ねぎと海藻のツナサラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 パンプキンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ コンビネーションオムレツ ミートコロケ 焼き魚 切り昆布の煮物 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								イカトマトスパゲティー ガパオライス(目玉焼き) カレーライス ハムサラダフライ こふき芋 シーザーサラダ 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん、十五穀米 焼鳥 小籠包 焼きそば フライドポテト ぜんまいの白和え レタスとじゃこのサラダ 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 そうめん汁 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							
	ごはん、おかゆ パン コーンフレーク ジャム、マーガリン 納豆、味付のり、ふりかけ 卵ロール めひかりから揚げ がんもの煮物 きんぴらごぼう 生野菜二種類 ドレッシング 味噌汁 スープ ドリンクバー								きつねうどん きのこの卵とじ丼 カレーライス 豚肉のくわ焼き 牛蒡とれんこんの煮物 青菜と海苔おひたし 生野菜二種類 ドレッシング マヨネーズ フルーツ 汁物 漬物二品 ドリンクバー								ごはん わかめごはん 回鍋肉 中華春巻き チャプチェ フライドポテト たけのこ土佐煮 おくらごま和え 生野菜二種類 フルーツ 味噌汁 ワントンスープ 漬物二品 ドリンクバー ドレッシング							