

水曜日

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
昼			赤飯（新） かき玉汁 フルーツ（バナナ） 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮付け オクラのお浸し	米飯 あおさ汁 フルーツ（白桃缶） 魚の香味焼き 青梗菜中華炒め 大根のナムル	米飯 パンプキンポタージュ ヨーグルトブル ポークソテー ブロッコリーソテー 人参サラダ	米飯 中華たまごスープ ミルクスイーツ（紅茶） 鮭のちゃんちゃん焼き 春菊の胡麻和え	米飯 味噌汁（えのき） カレー（ぶどう） 魚のカレーオイル焼き ピーマンのソテー カリフラワーサラダ
間			きなこ蒸しパン	たこ焼き	みたらし団子	フッシュー	ココアマドレーヌ
	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日
昼		ひじきご飯（変） 味噌汁（かぼちゃ） フルーツ（黄桃缶） 魚の蒸し焼き 春菊のピザソース和え	米飯 緑黄色ポタージュ ミルクスイーツ（ピーチ） かぼちゃコロッケ キャベツのソテー 胡瓜と若布の梅和え	麦ご飯170g 中華スープ フルーツ（みかん缶） ガリバタチキン レタスとコーンサラダ	米飯 味噌汁（さつまいも） フルーツ（バナナ） 魚のつけ焼き 中国菜の炒め煮 カリフラワーのサラダ	米飯 豆腐スープ ヨーグルト（ブルーベリー） ギョーザ モヤシのソテー ホウレン草の胡麻和え	米飯 パンプキンポタージュ フルーツ（黄桃缶） 魚のバター焼き 白菜のトマト煮 大根サラダ
間		甘酒蒸しパン	フルーツポンチ	どらやき風	たいやき	小倉ケーキ	水菓子白桃羹
	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日
昼		米飯 吸い物（もずく） ヨーグルトいちご ふりかけ（たらこ） 肉じゃが ブロッコリーの甘酢和え	米飯 味噌汁（キャベツ） フルーツ（白桃缶） 魚のバジル焼き 大根のコンソメ煮 カリフラワーのサラダ	米飯 あおさ汁 カレー（ぶどう） 鶏肉と茸柚子胡椒炒め オクラのサラダ	米飯 味噌汁（人参） フルーツ（バナナ） 魚の香草パン粉焼き ピーマンのソテー モヤシとツナのサラダ	栗ご飯 天ぷら4種盛り 付）天つゆ 吸い物（お花のとうふ シャキシャキ野菜 フルーツ（巨峰）ケデ	米飯 味噌汁（じゃがいも） フルーツ（パイナップル） 酢豚 春菊の金糸かけ
間		チーズ蒸しパン	クレープ	誕生日ケーキ（いちご）	フッシュー	芋ようかん	マドレーヌ
	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日
昼		米飯 パンプキンポタージュ 魚のカレーパン粉焼き ほうれん草のクリーム煮 レタスのサラダ	米飯 わかめスープ フルーツ（ピーチ） マーボー豆腐 春菊のナムル	米飯 あおさ汁 ミルクスイーツ（紅茶） 南瓜と豚肉の煮物 胡瓜のツマミ和え	玉子サンド オレンジジュース（デザートイ） ジャムロール（デザートイ） トマトポタージュ フルーツ（バナナ） コールスロー	米飯 味噌汁（しめじ） お月見団子（デザートイ） ふりかけ（たらこ） 白菜と豚肉の炒め煮 大根のぬた和え	米飯 緑黄色ポタージュ ヨーグルトいちご 魚のトマトソースかけ ガーリックソテー カリフラワーサラダ
間		今川焼	おいも蒸しパン	フルーツヨーグルト	冷やしおしろこ	たいやき	ココア蒸しパン
	27日	28日	29日	30日			
昼		チキンカレー パンプキンサラダ 福神漬 ミルクスイーツ（ピーチ）	米飯 味噌汁（きざみあげ） フルーツ（甘夏缶） 魚の梅蒸し がんもと人参の煮物 レタスと水菜のサラダ	米飯 清まし汁（トマト） フルーツ（バナナ） 魚の香味焼き 五目ビーフン 白菜の中華和え			
間		フルーツポンチ	たこ焼き	フッシュー			
			メモ				
昼							
間							