

献立表

	日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6	7
朝食	パン コンソメスープ スクランブルエッグ アスパラサラダ 牛乳	米飯 味噌汁 野菜たまごとし 杓う納豆 漬物 牛乳	米飯 味噌汁 鶏と大根の煮物 ほうれん草のお浸し 味付海苔 牛乳	米飯 味噌汁 厚揚げの炒め物 ブロッコリー-ごま和え ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ミートボール ひじき煮 ふりかけ 牛乳	米飯 味噌汁 ししゃも とろろ芋 梅干し 牛乳	米飯 味噌汁 肉じゃが なめ茸和え ふりかけ 牛乳
昼食	中華丼 中華スープ えびしゅうまい 春雨サラダ 杏仁豆腐	スパゲティーナポリタン コンソメスープ コロッケ シーザーサラダ 果物	チャーハン ワカメスープ オムレツ-炒め 大根サラダ マンゴ-プリン	親子丼 味噌汁 ごぼうサラダ 果物	米飯 すまし汁 杓うの西京焼き 里芋そぼろかけ 小松菜きのこの和え物 果物	ハヤシライス コンソメスープ マカロニサラダ バナナヨーグルト	米飯 コンソメスープ 鶏肉トマト煮 茄子カレー炒め 海草サラダ 果物
夕食	米飯 味噌汁 すき焼き風煮 温泉卵 蓮根はさみ揚 小松菜ごま和え 乳酸菌飲料	米飯 中華スープ 麻婆豆腐 エビマヨネーズ ナムル ヨーグルト	米飯 味噌汁 ポークチャップ 卵ソテー ポテトサラダ ジュース	米飯 味噌汁 白身万叶-おろし入 鶏手羽元の煮物 小松菜の和え物 ジュース	米飯 味噌汁 チキンステーキ じゃが芋ミルク煮 トマトサラダ 乳酸菌飲料	米飯 すまし汁 白身魚の天ぷら 豚の角煮 サラダ ゼリー	米飯 味噌汁 赤魚揚げおろし煮 味噌田楽 酢の物 ヨーグルト
3時	スイートポテト	ババロア	タルト	さつま芋ケーキ	黒ゴマプリン	アップルパイ	ヨーヒーゼリー