

	No.1	No.2	No.3	No.4
昼食	豚肉ブラウンシチュー 盛合せサラダ 低脂肪ヨーグルト	鯖塩焼 炒り豆腐 赤だし(板麩しめじ) 大根和風サラダ	若鶏のクリーム煮 卵ローフ 彩りサラダ パイン缶	牛サツマ揚の旨煮 赤だし(小松菜・ふ) 胡瓜と蒲鉾の酢物 トマトプチゼリー
選択食	アジフライ	鶏肉塩焼	鱈のガーリックパン粉焼	炒り豆腐バーグ
夕食	散し寿司 ゴマ和え(ほうれん草・えのき) ミカン缶 豆腐の清汁	豚カツ 焼ビーフン 三度豆ごま和 果物盛合せ	焼魚 高野卵とじ もやし汁 マセドアンサラダ	おでん 浸し 桜漬け 抹茶小豆寒天
選択食	蟹入り出巻卵	鮭ムニエル タルタルソース	ゆで豚ゆず味噌	鱈開干し 大根煮

	No.5	No.6	No.7	No.8
昼食	豚生姜焼風 彩り野菜サラダ キャベツ馬鈴ろスープ煮 果物缶	鶏ムニエル葱ソース 切干大根炒り煮 ゴマ和(ほうれん草・椎茸) 漬物	しっぽくうどん 里芋と高野炊合せ 茸の和風サラダ 低脂肪ヨーグルト	三色丼 長芋の清汁 浸し(青梗菜) オレンジゼリー
選択食	豆腐ステーキ カレー風味	たらのみぞれ煮	親子とじ	麻婆豆腐
夕食	あじ塩焼 高野長芋炊合せ 浸し シジミみそ汁	焼鮭 添エリンギ ひじき炒り煮 穴子馬鈴ろ饅頭 オレンジゼリー	魚の煮付 添オクラ 大根そぼろあん 白菜小松菜ポン酢和 葛饅頭	焼魚田楽 煮卵 馬鈴ろの煮付 蟹の華風スープ ゴマ和(小松菜・人参)
選択食	鶏から揚げ	豚肉の焼肉風	肉じゃがコロッケと肉団子	蒸しゅうまい盛合せ

	No.9	No.10	No.11	No.12
昼食	魚プロバンス風 スクランブルエッグ マカロニサラダ 果物のヨーグルト和え	鶏肉グリル野菜ソース ツナサラダ プリン	鱈のマヨネーズ焼 野菜スパゲティ かき卵汁 海藻サラダ	八宝菜 蒸しゅうまい 中華風酢物 杏仁豆腐
選択食	肉団子のトマト煮	エビカツ	チキンマスタード焼	白身魚甘酢あん
夕食	明石焼風干草焼 炊込みご飯 手まり麩清汁 胡瓜の酢みそ和 くず饅頭	魚ポン酢焼浸し 金平ごぼう のっぺい汁 胡瓜油揚げ酢物	海老と鱧と野菜の天ぷら 茶碗蒸生姜あん 浸し りんごゼリー	和風ハンバーグ 野菜クリームスープ煮 レタスの生サラダ きゅうり漬け
選択食	鶏肉の酒蒸 梅肉ソース	豚肉味噌炒め	さば味噌煮	鮭のフライ

	No.13	No.14	No.15	No.16
昼食	豚肉カレー煮 彩りサラダと茹卵 乳酸菌飲料 福神漬	きつねうどん ゆで卵&オクラ 胡瓜ゴマ酢和 低脂肪ヨーグルト	蟹玉甘酢あん 彩野菜盛合せ 胡瓜たたき 蒸蟹しゅうまい	魚ムニエル 野菜ソテー 豚汁 浸し(白菜・油揚) レモンパック
選択食	鮭のバター醤油焼	豚と野菜の炒物	茄子肉味噌炒め	木の葉丼
夕食	赤魚の柚庵焼 芋ご飯 浸し 海老とレタス葛汁 しば漬け	魚照焼 蓮根天 野菜吉野椀 ピーマン胡麻みそ和 桜漬け	鯉唐揚げ照焼風 ゴマ和(白菜・人参) 五目豆腐 リンゴ缶	すき焼き風 竹輪の磯辺揚 大根と人参の生酢 漬け物
選択食	焼き鳥2本	鶏つくね(甘だれ)	豆腐ハンバーグ(茸アツケ)	鮭のチャンチャン焼

	No.17	No.18	No.19	No.20
昼食	鶏バーベキューソース 紫野菜のプチゼリー イタリアンマリネ コーンポタージュ	厚揚げ野菜あん 肉じゃが 小野和え みかんと黄桃缶	魚野菜あん アスパラみそマヨサラダ 筑前煮 青菜の辛し和え	鶏カレー唐揚げ 玉葱竹輪の酢物 角切野菜コンソメ煮 リンゴゼリー
選択食	サラダロールフライ	ぶりと大根の煮付	デミグラスハンバーグ	たら衣揚げ
夕食	揚げ鯖甘酢あん オクラみぞれ和え 山芋梅肉和え 豆腐と茸の煮物	赤魚梅漬焼 白菜蟹カマゴマ和 ブロッコリーツナマヨサラダ 赤だし	酢豚 ねぎ卵 ごま和 パンナコッタ風ゼリー	ちり蒸魚ポン酢 青梗菜浸し ミニお好み焼 炊合せ
選択食	チンジャオロース風	春巻と揚げ餃子	さんま塩焼 おろし大根	茄子蓮根はさみ揚げ

	No.21	No.22	No.23	No.24
昼食	鶏カレーうどん 三度とツナゴママヨ 白菜油揚げ共煮 黄桃寒天ゼリー	チャーハン風 ワンタンスープ オクラもずく酢物 マンゴープリン	揚げ鶏 レモン醤油 ひじきサラダ 南瓜のスープ リンゴゼリー	ロールキャベツ 焼なす味噌かけ ツナのパプリカサラダ 手作りプリン
選択食	柚庵焼(赤魚)	魚の蒲焼風 添ゴマ和	エビチリ	大判魚豆腐揚げ
夕食	豚しゃぶ 大根ゆかり和 がんもどき炊合 みそ汁(豆腐葱)	豚パプリカソース炒め ビクルス風 馬鈴とサケ煮 カマボコ清汁	白身魚の若菜蒸し 奴柚子味噌 白菜エノキぼん酢和え きんぴら大根	鮭フライ 添ポト タルタルソース ジュリエヌスープ風 ハウレン草ノキッシュ
選択食	あじ西京深味漬	さばのカレー竜田	豚肉胡麻たれ焼き	鶏の照焼風 添ポト

	No.25	No.26	No.27	No.28
昼食	スパニッシュオムレツ レタスの生サラダ 洋風煮 フルーツカクテル	焼魚酢味噌 ゼンマイ揚げ含煮 なめ茸おろし 豚と長芋炒め	白身魚 南蛮風 高野と青菜あんかけ 大根ゆかり和え みぞれ汁(麩)	焼きそば 添目玉焼 もやし中華風酢物 豆腐エノキのスープ 手作りコーヒゼリー
選択食	鶏野菜ローフ	あんかけ五目玉子	豚肉柳川煮	豚と卵の野菜炒め
夕食	山椒焼き(鱈) 五目煮豆 キャベツゴマ酢和え 田舎汁	中華風豆腐みそ炒め 胡麻和え(青梗菜) 中華野菜スープ フルーツ白玉	ミートローフ 茄子トマトソース カリフラワーとスナップサラダ じゃが芋ポタージュ オレンジゼリー	魚チーズパン粉焼 馬鈴と野菜カレー炒 おかか和(蓬蓮草コーン) ヨーグルト
選択食	豚のおろし煮	白身魚中華風	キスフライ&イカリング	鶏の二色揚げ