

	1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)
	御飯 味噌汁 ホッケの塩焼き 油淋鶏(ユーリンチイ) じゃが芋とひき肉のカレー炒め マカロニサラダ たこやき 浅漬け コーヒーゼリー フルーツ(バナナ)	御飯 味噌汁 かれいの煮付け ニラ入り卵焼き 刻み昆布の煮物 豆腐のサラダ マヨネーズ和え 枝豆 かぼちゃ蒸しパン フルーツ(オレンジ)	御飯 味噌汁 鶏肉の照り焼き 赤魚の粕漬焼き なす味噌炒め こんにゃくのおかか煮 ほうれん草の信田和え フレンチポテト ブッセ あんみつ	御飯 すまし汁 回鍋肉 魚のフライ 高野豆腐と根菜の炒り煮 中華風サラダ ブロッコリーのけずり和え ザーサイ ロールケーキ 栗ようかん
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)
御飯 コンソメスープ 魚のムニエル トマトソース 揚げ鶏の薬味ソースがけ ひじきの炒り煮 ポテトサラダ ブロッコリーのピーナツ和え 浅漬け 桃まん フルーチェ	御飯 中華スープ 豆腐ハンバーグ 魚の焼き南蛮漬け 海老蒸しシューマイ コンソメ炒め 菜の花とたけのこの煮浸し おろし和え 大学芋 ぶどうゼリー	御飯 味噌汁 つくね焼き 鮭のちゃんちゃん焼 五目煮豆 カレービーフン 冷や奴 あみ佃 プリン フルーツ(梨)	御飯 コンソメスープ 鶏肉の竜田揚げ 卵ロール スパゲティナポリタン ゆで野菜サラダ レタスとワカメの酢の物 フルーツヨーグルト おからチョコケーキ	御飯 味噌汁 魚の生姜焼 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め 手作り肉じゃがコロッケ 冬瓜の蟹あんかけ かぼちゃのサラダ 昆布佃煮 ふのラスク ところてん
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)
御飯 中華風コーンスープ ポークチャップ 魚の塩麹漬け焼き なすの煮浸し 温野菜サラダ いんげんのごま和え 漬物 プチシューチョコソースがけ オレンジゼリー	御飯 味噌汁 魚のごま味噌焼 鶏肉のマヨコーン焼き 炒り豆腐 ポテトきんぴら ほうれん草のナムル 昆布巻 バームクーヘン フルーツ(バナナ)	御飯 中華風スープ 魚のチーズ焼 麻婆豆腐 春巻き 春雨のさっぱりサラダ 里芋のそぼろ煮 漬物 きなこトースト 杏仁フルーツ	御飯 味噌汁 手作りメンチカツ ホタテのチリソース炒め ジャーマンかぼちゃ いりどり ブロッコリーの昆布茶和え 三色豆 栗まんじゅう フルーツ(梨)	ドライカレー コンソメスープ エビフライ さつまいもの甘煮 冷や奴 ハム野菜サラダ 漬物 ヨーグルトフルーツソースがけ フルーツ(りんご)
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)
《お楽しみ膳》 赤飯 そうめん汁 魚の煮付け 天婦羅 秋の野菜のごろごろサラダ 海老しんじょうと大根の煮物 おくらと湯葉の和え物 抹茶パフェ フルーツ(巨峰)	御飯 すまし汁 さばの味噌煮 鶏肉ときのこのトマト煮 カニクリームコロッケ 厚揚げと野菜の炒め物 おからサラダ 大根の梅肉和え 手作りいちごババロア フルーツ(パイン)	八穀米御飯 味噌汁 手作りやわらかハンバーグ 焼魚(もろみ漬け) きんぴらごぼう 中華炒め 海藻サラダ とろろ ビスケット ホットケーキ	御飯 味噌汁 親子煮 蒸し魚 野菜あんかけ 筑前煮 マカロニサラダ おひたし しそ昆布 ミニどら焼き フルーツポンチ	鶏ごぼうおこわ すまし汁 魚の梅焼 ピーマンの肉詰めフライ 厚焼き卵 白和え チョレギサラダ 干びょう入りピクルス キャラメルプリン フルーツ(オレンジ)
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)		
御飯 味噌汁 鶏肉の甘酢炒め モロの竜田揚げ さつま芋のきんぴら ミモザサラダ 白菜のゆかり和え 枝豆 杏仁フルーツ ミニドーナツ	御飯 コンソメスープ 和風つくね焼き さわらの西京焼き スペイン風オムレツ 和風スパゲティ ひじきの和風サラダ 浅漬け ヨーグルトフルーツソースがけ 甘納豆	御飯 味噌汁 魚のカレー風味焼き チンジャオロース 揚げギョーザ 信田煮 いんげんのピーナツ和え 漬物 黒砂糖蒸しパン せんべい		