

3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)
御飯 710kcal 味噌汁 鶏肉の照り焼き 魚の梅焼 ハム野菜炒め ミニアメリカンドック 里芋のごまマヨネーズサラダ ブロッコリーのネギ塩おかか和え ホットケーキ 抹茶ババロア	御飯 697kcal 味噌汁 鶏肉じゃが 魚のチーズ焼 なす味噌炒め 中華春雨サラダ わさび和え 昆布佃煮 肉まん フルーツ(オレンジ)	御飯 788kcal コンソメスープ 魚のフライ 豚肉の生姜焼 マリネ ミニ焼きそば かぼちゃの甘煮 フルーツと竹輪の梅和え せんべい 杏仁豆腐	御飯 670kcal すまし汁 鶏肉のから揚げ 蓮根のきんぴら カリフラワーの卵サラダ 菜花の辛子和え ザーサイ フルーツヨーグルト ピザトースト	御飯 658kcal ミネストローネ 手作りやわらかハンバーグ 魚のカレー香り揚げ 厚揚げ中華あんかけ たけのこの煮物 大根サラダ 漬物 エクレア ゼリー
10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)
御飯 694kcal 味噌汁 さばの味噌煮 鶏肉のごまだれ焼き 野菜コロッケ 切干大根の炒り煮 ビーフソテー 三色豆 おからチョコケーキ フルーツポンチ	御飯 762kcal 味噌汁 チキン南蛮タルタルソース 海老蒸しシューマイ きんぴらごぼう グリーンサラダ チンゲン菜のピーナツ和え バームクーヘン フルーツ(バナナ)	御飯 654kcal すまし汁 魚のムニエル レモンバターソース 松風焼き 山芋の磯辺揚げ 筍の炒り煮 トマトのポン酢和え 枝豆 あんみつ せんべい	御飯 772kcal 味噌汁 豆腐ステーキ 肉味噌かけ 魚の塩麴漬け焼き オニオンリングフライ かぼちゃのサラダ 白菜のしその実和え あみ佃 ビスケット ピーチゼリー	御飯 646kcal 味噌汁 魚のトマトソース煮 千草焼き 山菜和風ソテー マカロニサラダ ほうれん草としめじのごま和え 昆布巻 キャラメルプリン フルーツ(オレンジ)
17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)
《 阜月御膳 》 671kcal たけのご御飯 すまし汁 鱈の唐揚げ春野菜甘酢あん きんぴら レタスサラダ 野菜のピクルス 抹茶水ようかん フルーツ(メロン)	御飯 762kcal 中華スープ 豚キムチ炒め 魚の蒲焼き 刻昆布とさつま揚げの炒り煮 中華風豆腐サラダ もやしの山菜和え 漬物 うぐいす蒸しパン せんべい	御飯 654kcal 味噌汁 さわらの西京焼き メンチカツ お好み焼き ぜんまいの煮物 ポテトサラダ かぶのレモン漬 まんじゅう ところてん	御飯 772kcal コンソメスープ 洋風卵焼き エビフライ 海藻サラダ アスパラのツナマヨ和え 福神漬 ぶどうゼリー フルーツ(オレンジ)	御飯 646kcal すまし汁 ポークビーンズ 魚の土佐漬 含め煮 野菜炒め 塩昆布和え うずら煮豆 チーズ蒸しケーキ ヨーグルトフルーツソースかけ
24日 (月)	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)
御飯 754kcal コンソメスープ 酢豚 ホッケの塩焼き 里芋のそぼろあんかけ こんにゃくのみそ田楽 ミモザサラダ 昆布巻 ふのラスク コーヒーゼリー	御飯 714kcal 味噌汁 親子煮 たらの粕漬焼き れんこん味噌炒め カニクリームコロッケ さつまいものバター 醤油煮 白菜の磯辺和え ロールケーキ フルーチェ	御飯 660kcal 中華スープ 豚肉と小松菜のオイスターソース炒め もろの煮魚 春巻き 五目煮豆 キャベツとわかめの韓国風サラダ 山菜おろし 紅茶のシフォンケーキ フルーツ(バナナ)	御飯 703kcal 豚汁 揚げ鶏の薬味ソースかけ 魚の味噌バター焼き 野菜の生姜炒め 菜の花とたけのこの煮浸し めかぶの和え物 白花豆 プチシュークリーム プリン	御飯 728kcal ミニうどん 魚の焼き南蛮漬 春菊とベーコンの炒め物 さつま芋のサラダ カリフラワーの柚子胡椒風味ピクルス 漬物 杏仁フルーツ 桃まん
31日 (月)				
御飯 641kcal 味噌汁 魚のピリ辛味噌焼き 豚肉のごまだれ焼 卵豆腐海藻添え 切干大根の炒り煮 チョレギサラダ 三色豆 コーヒーゼリー せんべい				