



9日 (月)		10日 (火)		11日 (水)		12日 (木)		13日 (金)	
御飯 味噌汁 揚げ鶏 魚のマヨネーズ焼き ブロッコリーのネギ塩おなか和え ジャーマンポテト 白和え 漬物 プリン バームクーヘン	642kcal	御飯 味噌汁 親子煮 ホッケの塩焼き 五目煮豆 マーボー白菜 ツナと野菜の千切り炒め チンゲン菜の白子干し和え せんべい フルーツ(オレンジ)	644kcal	御飯 すまし汁 鶏肉の治部煮 たらの粕漬焼き もやしの肉味噌炒め 春巻き 花野菜のサラダ 小松菜の小町和え ゼリー 桃まん	655kcal	御飯 コンソメスープ 魚のちゃんちゃん焼 チャブチェ にんじんのきんぴら シーザーサラダ 味付け海苔 ホットケーキ マンゴープリン	666kcal	御飯 味噌汁 メンチカツ 魚の昆布風味焼き かぼちゃのガーリック炒め キムチ豆腐 きのこのマリネ 塩昆布和え フルーツ(みかん) バナナ入りヨーグルト	660kcal
御飯 すまし汁 鶏肉の味噌焼 魚の南蛮漬け 蒸しシューマイ 白菜のけずり和え マカロニサラダ 昆布巻 Caせんべい おからケーキ	678kcal	御飯 中華風スープ 麻婆豆腐 魚のカレー風味焼き ミニ焼きそば かぼちゃのサラダ ナムル うずら煮豆 柚子りんご ミニどら焼き	693kcal	御飯 味噌汁 魚の幽庵焼き はんぺんの卵とじ じゃが芋とさつまあげの金平 きのこサラダ 胡瓜の酢の物 蒸しパン ぶどうゼリー	665kcal	雑穀米御飯 味噌汁 魚の煮付け 鶏肉の香味マヨ焼き 豆腐のピザ風味焼き 切干し大根の煮物 ほうれん草の梅肉和え 昆布豆 ババロア フルーツ(いよかん)	708kcal	御飯 味噌汁 モロの竜田揚げ チンジャオロース グリーンサラダ 卵の花和え さつまいもの甘煮 漬物 プリン フルーツ(オレンジ)	593kcal
御飯 味噌汁 豚肉の生姜焼 魚の土佐漬け 切り干しナポリタン MIXビーンズのサラダ 春菊の煮浸し 刻みなす漬 肉まん あんみつ	655kcal	御飯 味噌汁 鶏肉のから揚げ ぜんまいの炒り煮 湯豆腐 ポテトサラダ 白菜の酢味噌和え ピザトースト フルーツ(バナナ)	693kcal	御飯 すまし汁 魚の山椒味噌焼き 肉団子のうま煮 ビーフソテー かぼちゃの小倉煮 小松菜の信田和え 三色豆 フルーツヨーグルト ビスケット	636kcal	キーマカレー コンソメスープ 魚のフライ かに玉風 あんかけ アスパラとベーコンのソテー 温野菜サラダ 福神漬け レアチーズ風味ムース フルーツ(みかん)	699kcal	御飯 味噌汁 豆腐のそぼろあん サバの梅醤油焼き 竹輪の磯辺揚げ なすのピリ辛炒め 大根サラダ 浅漬け ババロア フルーツ(りんご)	688kcal
御飯 味噌汁 具沢山厚焼き卵 魚のチーズ焼 チンゲン菜のツナ炒め そうめんサラダ いんげんのごま和え 白花豆 ミニパイ フルーツ(オレンジ)	667kcal	御飯 コンソメスープ つくね焼き たらのごまだれ焼 スパゲティミートソース 花野菜のサラダ ミニオムレツ 白菜の酢の物 おからケーキ りんごゼリー	632kcal						

献立は都合により変更になることがあります。