

| | 日 1日 | 月 2日 | 火 3日 | 水 4日 | 木 5日 | 金 6日 | 土 7日 | | | |
|---|---|---|--|--|---|---|---|--|---|---|
| 朝 | 御飯 南瓜とハムのソテー キャベツの柚子香和え 味噌汁 牛乳 | 御飯 里芋の煮物 豆サラダ 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン チーズ入りスライス フルーツのサラダ スープ 牛乳 | 御飯 ひじきの煮物 ピーナッツ和え(インゲン) 味噌汁 牛乳 | 御飯 イカ団子の煮物 オクラの中華和え 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ウインナーの野菜炒め 春巻きのサラダ スープ 牛乳 | 御飯 ハンパンの煮物 青梗菜の和え物 味噌汁 牛乳 | | | |
| 昼 | 御飯 魚の有馬煮 カリフラワーの炒め フルーツ・黄桃缶 | 御飯 ハンバーグデミグラスソース 付け合せ アスパラとピーマンのソテー フルーツ・ミカン缶 | ひなまつり 五目ちらし寿司 茄子のそぼろあんかけ 菜の花のお浸し 二色ゼリー | 御飯 鶏肉のハンソルソース じゃが芋とツナの炒め物 フルーツ・和梨缶 | 御飯 牛肉とセロリの中中華炒め モヤシの中中華和え フルーツ・ハイン缶 | 御飯 魚の煮付け かぶなます フルーツ・リンゴ缶 | 御飯 豚肉のガーリックソテー 切昆布と大豆の煮物 フルーツ・マンゴ缶 | | | |
| 夕 | 御飯 豆腐ステーキ 付け合せ 豚肉と根野菜の味噌煮 モヤシの甘酢和え すまし汁 | 御飯 魚の酒蒸 ごぼうの田舎煮 オクラのおかか和え 味噌汁 | 御飯 豚肉の生姜焼 付け合せ 青梗菜の炒め物 ピーマンのナムル 味噌汁(ニラ・玉ねぎ) | 御飯 卵と春雨の炒め物 白菜とサツマ揚げの煮物 人参サラダ 味噌汁 | 御飯 魚の味噌焼 鶏肉と大根の炒め ゆかり和え(キャベツ) すまし汁 | 御飯 酢豚 南瓜の含め煮 小松菜の中中華サラダ 中華スープ | 御飯 野菜の卵とじ キャベツとピーマンのガー炒め オクラお浸し 味噌汁 | | | |
| 朝 | 御飯 冬瓜のスープ煮 豆サラダ 味噌汁 牛乳 | 御飯 肉詰めいなりの煮物 白菜のサラダ 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン フルーツオムレツ アスパラの和え物 スープ 牛乳 | 御飯 厚焼卵 インゲンの胡麻和え 味噌汁 牛乳 | 御飯 なすと肉肉のソテー 菜の花のお浸し 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン 小松菜の卵炒め カリフラワーのサラダ スープ 牛乳 | 御飯 竹輪の野菜炒め モヤシの中中華サラダ 味噌汁 牛乳 | | | |
| 昼 | 御飯 筑前煮 法蓮草とトマトのサラダ フルーツ・和梨缶 | 御飯 魚のおぼろ昆布蒸 肉団子と南瓜の甘辛煮 フルーツ・ハイン缶 | 焼きうどん 小松菜のサラダ フルーツ・白桃缶 | 御飯 揚げ出し豆腐あんかけ キャベツとワカメの酢の物 フルーツ・リンゴ缶 | 御飯 鶏肉のチヌ焼 付け合せ 大根のスープ煮 ハブキンサラダ トマトソース | 御飯 魚の若菜蒸 インゲンの胡麻和え フルーツ・黄桃缶 | 御飯 イリアンオムレツ かぶのコンソメ煮 フルーツ・フルーツカクテル缶 | | | |
| 夕 | 御飯 魚の塩焼(マス) カニ風味あんかけ スパゲティサラダ すまし汁 | 御飯 ふくき卵焼 付け合せ 菜の花の煮浸し ピーナツ和え(春巻) 味噌汁 | 御飯 鶏肉の生姜焼 付け合せ ニラとモヤシの塩炒め ピーナツ和え(春巻) 味噌汁 | 御飯 豚肉のくわ焼 かぶの味噌煮 チンゲン菜のお浸し すまし汁 | 御飯 魚のチヌ焼 付け合せ 大根のスープ煮 ハブキンサラダ トマトソース | 御飯 豚肉の旨煮 キャベツの塩炒め ブロッコリーの中中華和え すまし汁 | 御飯 魚のチリソース風 南瓜の煮物 白菜の和え物 中華スープ | | | |
| 朝 | 御飯 フロッコリーの海老炒め マカロニサラダ 味噌汁 牛乳 | 御飯 サツマアゲと野菜の炒め物 ホレン草のお浸し 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ミニオムレツ 付け合せ カブのゆかり和え スープ 牛乳 | 御飯 厚焼卵 カリフラワーのサラダ 味噌汁 牛乳 | 御飯 ベーコンと小松菜のソテー 南瓜のサラダ 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン スライスオムレツ 青梗菜のサラダ スープ 牛乳 | 御飯 白菜の煮浸し 豆サラダ 味噌汁 牛乳 | | | |
| 昼 | 御飯 豆腐の肉味噌かけ さつま芋のレモン煮 フルーツ・ミカン缶 | 御飯 魚の和風ステーキ アスパラのサラダ フルーツ・黄桃缶 | 炊き込みご飯 豚肉のオイスターソース炒め フロッコリーサラダ フルーツ・マンゴ缶 | 御飯 八宝菜 モロヘイヤの中中華和え フルーツ・白桃缶 | 御飯 高野豆腐の卵とじ ゼンマイと竹輪の煮物 キャベツと大根のサラダ 中華スープ | 御飯 チキンカツ 菜の花のサラダ おはぎ(ほたもち) | 御飯 魚のハーブグリル 魚の付け合せ 南瓜のチーズ焼 フルーツ・リンゴ缶 | | | |
| 夕 | 御飯 魚の生姜焼(アジ) 茄子の炒り煮 ホレン草のなめ茸和え 味噌汁 | 御飯 豚肉と里芋の味噌煮 カリフラワーの炒め 青梗菜のフジ和え すまし汁 | 御飯 鶏肉のはちみつ照焼 ガンモとふきの煮物 たらもサラダ | 御飯 魚の煮付け かぶの炒め インゲンの胡麻和え すまし汁 | 御飯 豚肉のスタミナ炒め ぜんまいと竹輪の煮物 キャベツと大根のサラダ 中華スープ | 御飯 魚のさらさ蒸し アスパラとピーマンのソテー 蒸し茄子のドレッシングかけ 味噌汁 | 御飯 青梗菜(豚) ホレン草の煮浸し カリフラワーのサラダ 味噌汁 | | | |
| 朝 | 御飯 魚の梅煮(イワシ) モヤシのおかか和え 味噌汁 牛乳 | 御飯 玉子ロール インゲンのお浸し 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン アスパラとベーコンの炒め物 お餅サラダ スープ 牛乳 | 御飯 ウインナーの野菜炒め 菜の花のシラス和え 味噌汁 牛乳 | 御飯 キャベツと生揚げの炒め物 大根のサラダ 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ジャム&マーガリン ホレン草の卵炒め ゆかり和え スープ 牛乳 | 御飯 茄子の炒め煮 豆サラダ 味噌汁 牛乳 | | | |
| 昼 | 御飯 蒸し餃子・野菜あんかけ 小松菜のサラダ フルーツ・マンゴ缶 | 御飯 家常豆腐 カリフラワーの中中華煮 フルーツ・ハイン缶 | 御飯 ネギ塩チキン 付け合せ 里芋の含め煮 フルーツ・リンゴ缶 | 御飯 魚のヒカカ(メルルサ) かぶのミルク煮 フルーツ・ミカン缶 | 御飯 スパゲティミートソース 青梗菜の生姜和え フルーツ・黄桃缶 | 御飯 豚肉と野菜の味噌炒め 春雨の旨煮 フルーツ・和梨缶 | 御飯 コロッケとエビフライ ブロッコリーのサラダ フルーツ・フルーツカクテル缶 | | | |
| 夕 | 御飯 五目卵焼 付け合せ キャベツとヤングコーンの炒め物 モヤシの酢の物 味噌汁 | 御飯 魚の塩焼 ひじきの煮物 オクラなめこ和え すまし汁 | 御飯 エビと空豆の中中華炒め 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ 味噌汁 | 御飯 豚肉となすの甘辛煮 小松菜とコーンの炒め物 モヤシのホン酢風味和え 味噌汁 | 御飯 蒸魚のオロソースかけ 付け合せ 鶏と車麩の煮物 人参サラダ コンソメスープ | 御飯 豆腐ハンバーグ 付け合せ 菜の花の炒め物 サツマアゲ 味噌汁 | 御飯 鶏肉の照焼 切干大根とアサリの煮物 白菜・春巻きのピーナツ和え すまし汁 | | | |
| 朝 | 御飯 サツマアゲと野菜の炒め物 小松菜のサラダ 味噌汁 牛乳 | 御飯 レンコンのそぼろ炒り煮 ブロッコリーの和風和え 味噌汁 牛乳 | 食パン(8枚切) ミックスクラッパン オクラの生姜和え スープ 牛乳 |  <p>※仕入れ等の関係により献立内容が変わることがございます。 ※常食の献立内容を掲載させていただいています。</p> | | | | 御飯 豆腐の煮浸し 豆サラダ 味噌汁 牛乳 | | |
| 昼 | 御飯 豆腐の五目あんかけ 南瓜と豚肉の炒め煮 フルーツ・リンゴ缶 | 御飯 鶏の野菜蒸 大根とシラスの酢の物 フルーツ・黄桃缶 | 御飯 エビと生揚げのチリソース 青梗菜の中中華和え フルーツ・ハイン缶 | | | | | 御飯 魚の胡麻だれ焼 付け合せ ホレン草の煮浸し かぶのレモン和え 味噌汁 | 御飯 魚のムニエル(マス) なすとピーマンのソテー 春巻きのサラダ コンソメスープ | 御飯 鶏肉の梅肉焼 ハンパんとアサリの煮物 サツマアゲとレシンのサラダ 味噌汁 |