

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日					7	●パン ●コーンシチュー じゃがいも にんじん 玉ねぎ 鶏モモ肉 クリームコーン ホールコーン グリーンピース 米粉 豆乳 コンソメ 塩 油 ●ツナサラダ ツナ キャベツ きゅうり にんじん 酢 油 砂糖 塩	●パン ●コーンスープ じゃがいも にんじん 玉ねぎ 鶏ムネ肉 クリームコーン コンソメ しょうゆ ●ツナサラダ ツナ キャベツ きゅうり にんじん 酢 油 砂糖 塩	●パン ●コーンスープ じゃがいも にんじん 玉ねぎ 鶏ムネ肉 クリームコーン コンソメ ●ツナの煮びたし ツナ キャベツ きゅうり だし汁
火曜日	1	●ごはん ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 たまねぎ にんじん キャベツ コーン コンソメ しょうゆ ●わかめとじゃこのサラダ わかめ キャベツ きゅうり しらす 酢 油 砂糖 塩	●しらすごはん 軟飯 しらす ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 たまねぎ にんじん キャベツ コーン コンソメ しょうゆ ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	●しらすごはん おかゆ しらす ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 たまねぎ にんじん キャベツ コンソメ ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	8	●ごはん ●すき焼き風煮 豚肉 白菜 にんじん 焼き豆腐 糸こんにゃく ねぎ しょうゆ 砂糖 油 ●わかめ汁 わかめ にんじん 豆腐 ねぎ だし汁 しょうゆ ●オレンジ	●軟飯 ●豆腐と野菜のとろとろ煮 豆腐 焼き麩 白菜 にんじん 大根 ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●オレンジ	●おかゆ ●豆腐と野菜のとろとろ煮 豆腐 焼き麩 白菜 にんじん 大根 だし汁 片栗粉 ●オレンジ
水曜日	2	●ごはん ●肉じゃが 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん グリーンピース 砂糖 しょうゆ 油 ●呉汁 豆腐 大根 にんじん ねぎ 味噌 豆乳 だし汁	●軟飯 ●肉じゃが 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ ●呉汁 豆腐 大根 にんじん ねぎ 味噌 豆乳 だし汁	●おかゆ ●肉じゃが 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん だし汁 ●呉汁 豆腐 大根 にんじん 味噌 豆乳 だし汁	9	●ごはん ●煮魚 たら だし汁 しょうゆ 砂糖 ●大根の味噌汁 大根 豆腐 ねぎ だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	●軟飯 ●煮魚 たら だし汁 しょうゆ 砂糖 ●大根の味噌汁 大根 豆腐 ねぎ だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	●おかゆ ●煮魚 たら だし汁 ●大根の味噌汁 大根 豆腐 だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁
木曜日	3	●ごはん ●鶏肉と大根の煮物 鶏ささみ 大根 にんじん しいたけ しょうゆ 砂糖 だし汁 ●キャベツのゆかり和え キャベツ きゅうり にんじん ゆかり粉	●軟飯 ●鶏肉と大根の煮物 鶏ささみ 大根 にんじん しいたけ しょうゆ 砂糖 だし汁 ●キャベツの煮びたし キャベツ きゅうり にんじん だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●鶏肉と大根の煮物 鶏ささみ 大根 にんじん だし汁 ●キャベツの煮びたし キャベツ きゅうり にんじん だし汁	10	●ごはん ●鶏と野菜のコンソメ煮 鶏ささみ チンゲン菜 じゃがいも にんじん 玉ねぎ コーン コンソメ しょうゆ ●野菜のおかか煮 キャベツ にんじん もやし かつお節 だし汁	●軟飯 ●鶏と野菜のコンソメ煮 鶏ささみ チンゲン菜 じゃがいも にんじん 玉ねぎ コーン コンソメ しょうゆ ●野菜のおかか煮 キャベツ にんじん もやし かつお節 だし汁	●おかゆ ●鶏と野菜のコンソメ煮 鶏ささみ チンゲン菜 じゃがいも にんじん 玉ねぎ コンソメ ●煮びたし キャベツ にんじん だし汁
金曜日	4	●ごはん ●カレー 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん グリーンピース カレールウ ●フレンチサラダ キャベツ きゅうり にんじん コーン 酢 油 砂糖 塩 ●バナナ	●軟飯 ●ツナじゃが ツナ じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ だし汁 しょうゆ ●バナナ	●おかゆ ●ツナじゃが ツナ じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ だし汁 ●バナナ	11	【前期】五目うどん 白玉うどん ツナ にんじん キャベツ もやし だし汁 しょうゆ 【後期】焼きそば 焼きそば麺 豚肉 キャベツ にんじん もやし ビーマン かつお節 青のり ソース ●じゃがいもおやき じゃがいも 青のり 片栗粉	●五目うどん 白玉うどん ツナ にんじん キャベツ もやし だし汁 しょうゆ ●じゃがいもおやき じゃがいも 青のり 片栗粉	●五目うどん 白玉うどん ツナ にんじん キャベツ もやし だし汁 ●じゃがいもおやき じゃがいも 青のり 片栗粉
土曜日	5	●そぼろ丼 ごはん 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃがいも わかめ ねぎ だし汁 赤味噌	●そぼろ丼 軟飯 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃがいも わかめ ねぎ だし汁 赤味噌	●そぼろ丼 おかゆ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん だし汁 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃがいも わかめ だし汁 赤味噌	12	●ごはん ●ハヤシライス 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん グリーンピース ハヤシルウ 油 ●みかんのサラダ キャベツ みかん缶 きゅうり 酢 油 砂糖 塩	●軟飯 ●和風ポトフ 鶏ささみ じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ だし汁 しょうゆ ●みかん缶 みかん	●おかゆ ●和風ポトフ 鶏ささみ じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ だし汁 ●みかん缶 みかん

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	14	●五目ごはん ごはん 鶏モモ肉 にんじん ごぼう しいたけ しょうゆ 砂糖 酒 ●ふだま汁 豆腐 焼き麩 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●やわらか五目ごはん 軟飯 鶏ムネ肉 にんじん ブロッコリー だし汁 ●ふだま汁 豆腐 焼き麩 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●五目がゆ おかゆ 鶏ムネ肉 にんじん ブロッコリー だし汁 ●ふだま汁 豆腐 焼き麩 にんじん だし汁	21	●ツナごはん ごはん ツナ ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●すまし汁 豆腐 きゅうり にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●ツナごはん 軟飯 ツナ ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●すまし汁 豆腐 きゅうり にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●ツナごはん おかゆ ツナ ひじき にんじん だし汁 ●すまし汁 豆腐 きゅうり にんじん だし汁
		●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●こまつな和え 小松菜 ツナ しょうゆ	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●小松菜の煮びたし 小松菜 ツナ にんじん だし汁 しょうゆ	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん だし汁 ●小松菜の煮びたし 小松菜 ツナ にんじん だし汁		●ごはん ●肉だんご汁 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん キャベツ ねぎ だし汁 しょうゆ ●オレンジ	●軟飯 ●肉だんご汁 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん キャベツ ねぎ だし汁 しょうゆ ●オレンジ	●おかゆ ●肉だんご汁 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん キャベツ だし汁 ●オレンジ
		●ごはん ●鮭のつけ焼き 鮭 しょうゆ 酒 みりん しょうが ●切干大根の味噌汁 切干大根 じゃがいも 豆腐 ねぎ だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	●軟飯 ●石狩汁風 鮭 豆腐 じゃがいも にんじん ねぎ だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁	●おかゆ ●石狩汁風 鮭 豆腐 じゃがいも にんじん だし汁 味噌 ●野菜スティック きゅうり にんじん だし汁		●ごはん ●白身魚の野菜あんかけ たら にんじん きゅうり だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●わかめ汁 わかめ にんじん 豆腐 ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●白身魚の野菜あんかけ たら にんじん きゅうり だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●わかめ汁 わかめ にんじん 豆腐 ねぎ だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●白身魚の野菜あんかけ たら にんじん きゅうり だし汁 片栗粉 ●わかめ汁 わかめ にんじん 豆腐 だし汁
		●ごはん ●ハンバーグ 鶏ミンチ 豆腐 パン粉 玉ねぎ にんじん 塩 油 ケチャップ（添え） ●レタスのスープ レタス にんじん 玉ねぎ コーン しょうゆ コンソメ 塩	●軟飯 ●ハンバーグ 鶏ミンチ 豆腐 パン粉 玉ねぎ にんじん 塩 油 ケチャップ（添え） ●レタスのスープ レタス にんじん 玉ねぎ コーン しょうゆ コンソメ 塩	●おかゆ ●肉団子のコンソメ煮 鶏ミンチ 片栗粉 塩 豆腐 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ		●ごはん ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん もやし コーン コンソメ しょうゆ ●ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー しょうゆ かつお節	●軟飯 ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん もやし コーン コンソメ しょうゆ ●ブロッコリーのおかか煮 ブロッコリー かつお節 だし汁	●おかゆ ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん もやし コンソメ ●ブロッコリーのおかか煮 ブロッコリー かつお節 だし汁
		●ごはん ●豆腐と肉団子のうま煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜ナムル もやし きゅうり にんじん 酢 油 砂糖 しょうゆ	●軟飯 ●豆腐と肉団子のうま煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜の煮びたし もやし きゅうり にんじん だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●豆腐と肉団子のうま煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん だし汁 ●野菜の煮びたし もやし きゅうり にんじん だし汁		【前期】彩りうどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 白菜 キャベツ ねぎ コーン もやし だし汁 しょうゆ 【後期】ラーメン 中華めん 豚肉 にんじん ねぎ コーン 白菜 もやし 中華スープ しょうゆ ●バナナ	●彩りうどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 白菜 キャベツ ねぎ コーン もやし だし汁 しょうゆ ●バナナ	●彩りうどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 白菜 キャベツ もやし だし汁 ●バナナ
		●ひじきごはん ごはん ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コーン じゃがいも コンソメ しょうゆ 塩	●ひじきごはん 軟飯 ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コーン じゃがいも コンソメ しょうゆ 塩	●ひじきごはん おかゆ ひじき にんじん だし汁 ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ じゃがいも コンソメ		●鶏丼 ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん 糸こんにゃく グリンピース しょうゆ みりん 砂糖 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁	●鶏丼 軟飯 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁	●鶏丼 おかゆ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん だし汁 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁
土曜日	19	●ひじきごはん ごはん ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コーン じゃがいも コンソメ しょうゆ 塩	●ひじきごはん 軟飯 ひじき にんじん だし汁 しょうゆ ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コーン じゃがいも コンソメ しょうゆ 塩	●ひじきごはん おかゆ ひじき にんじん だし汁 ●野菜スープ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ じゃがいも コンソメ	26	●鶏丼 ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん 糸こんにゃく グリンピース しょうゆ みりん 砂糖 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁	●鶏丼 軟飯 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁	●鶏丼 おかゆ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん だし汁 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲンサイ じゃがいも 味噌 だし汁

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	28	●切干大根のあんかけ丼 ごはん 切干大根 鶏ミンチ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だし汁 しょうゆ	●切干大根のあんかけ丼 軟飯 切干大根 鶏ミンチ 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だし汁 しょうゆ	●あんかけ丼 おかゆ 鶏ミンチ 玉ねぎ だし汁 片栗粉 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 だし汁				
火曜日	29	昭和の日 	昭和の日 	昭和の日 				
水曜日	30	●ナポリタンスパゲティ スパゲティ 鶏モモ肉 玉ねぎ にんじん ピーマン ケチャップ ソース 油 ●コーンサラダ キャベツ きゅうり コーン 酢 油 砂糖 塩	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ ●野菜の煮びたし キャベツ きゅうり にんじん だし汁 しょうゆ	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん だし汁 ●野菜の煮びたし キャベツ きゅうり にんじん だし汁				
木曜日								
金曜日								
土曜日								