

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	5	●ごはん ●ツナカレー ツナ じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリーンピース 油 カレールウ ●フレンチサラダ キャベツ きゅうり にんじん 酢 砂糖 油 塩	●軟飯 ●ツナと野菜の煮物 ツナ じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ ●きゅうりスティック きゅうり コンソメ	●おかゆ ●ツナと野菜の煮物 ツナ じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ	12	成人の日 	成人の日 	成人の日 
		●チキンライス ごはん 鶏モモ肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース ケチャップ コンソメ 油 ●白菜のスープ じゃがいも にんじん コーン 白菜 コンソメ ●棒チーズ	●鶏入りごはん 軟飯 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん コンソメ ●白菜のスープ じゃがいも にんじん 白菜 コンソメ ●棒チーズ	●鶏入りおかゆ おかゆ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん コンソメ ●白菜のスープ じゃがいも にんじん 白菜 コンソメ		●こまつなごはん ごはん ツナ 小松菜 コーン 中華スープ ●中華風スープ 鶏もも肉 玉ねぎ にんじん ねぎ もやし 中華スープ	●こまつなごはん 軟飯 ツナ 小松菜(葉先) コーン だし汁 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ	●こまつなごはん おかゆ ツナ 小松菜(葉先) コーン だし汁 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ
		●かぶ入りおかゆ 米 かぶ(葉つき) だし汁 ●筑前煮 鶏モモ肉 里芋 にんじん ごぼう 椎茸 油 砂糖 しょうゆ ●こまつな和え 小松菜 もやし ツナ しょうゆ ごま	●かぶ入りおかゆ 米 かぶ(葉つき) だし汁 ●鶏肉と野菜の煮物 鶏ささみ 里芋 にんじん ごぼう 椎茸 だし汁 しょうゆ	●かぶ入りおかゆ 米 かぶ(葉つき) だし汁 ●鶏肉と野菜の煮物 鶏ささみ 里芋 にんじん だし汁		●ごはん ●豚汁 豚肉 大根 里芋 にんじん ごぼう 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 赤味噌 ●きゅうりともやしの和え物 きゅうり もやし しょうゆ	●軟飯 ●味噌汁 大根 里芋 にんじん 豆腐 だし汁 赤味噌 ●きゅうりスティック きゅうり だし汁	●おかゆ ●味噌汁 大根 里芋 にんじん 豆腐 だし汁 赤味噌
		●ごはん ●焼肉 豚肉 玉ねぎ ピーマン にんじん しょうゆ 砂糖 片栗粉 ●切干大根の味噌汁 切干大根 じゃがいも 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 ミックス味噌	●軟飯 ●肉団子汁 鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん じゃがいも だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●肉団子汁 鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん じゃがいも だし汁 しょうゆ		●ごはん ●コーンスープ 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン クリームコーン コンソメ	●軟飯 ●コーンスープ 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン クリームコーン コンソメ	●おかゆ ●コーンスープ 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ クリームコーン コンソメ
		●鶏なんばうどん 白玉うどん 鶏モモ肉 にんじん 椎茸 油揚げ ねぎ だし汁 しょうゆ ●きゅうりのごま和え きゅうり にんじん しょうゆ ごま ●みかん	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん 椎茸 油揚げ だし汁 しょうゆ ●きゅうりスティック きゅうり だし汁 ●みかん	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん 白菜 わかめ だし汁 ●みかん		●ごはん ●豚肉と大根の煮物 豚肉 大根 にんじん しょうゆ 砂糖 油 ●白菜のおかか和え 白菜 きゅうり にんじん しょうゆ かつお節 ●納豆	●軟飯 ●肉団子と野菜の煮物 鶏ミンチ 塩 片栗粉 大根 にんじん 白菜 だし汁 しょうゆ ●納豆	●おかゆ ●肉団子と野菜の煮物 鶏ミンチ 塩 片栗粉 大根 にんじん 白菜 だし汁 ●納豆
		●ピラフ ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース コーン コンソメ 油 ●コンソメスープ じゃがいも にんじん キャベツ コンソメ	●鶏入りごはん 軟飯 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん コーン グリーンピース コンソメ ●コンソメスープ じゃがいも にんじん キャベツ コンソメ	●鶏入りおかゆ おかゆ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん コンソメ ●コンソメスープ じゃがいも にんじん キャベツ コンソメ		●鶏丼 ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース だし汁 しょうゆ 砂糖 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜 豆腐 油揚げ だし汁 赤味噌 ●ミニトマト	●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 チンゲン菜(葉先) 豆腐 油揚げ だし汁 赤味噌 ●ミニトマト	●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 チンゲン菜(葉先) 豆腐 油揚げ だし汁 赤味噌 ●ミニトマト

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	19	●ごはん ●肉団子のトマト煮 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん カットトマト缶 コンソメ ●フレンチサラダ キャベツ きゅうり 酢 砂糖 油 塩	●軟飯 ●肉団子のトマト煮 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん キャベツ カットトマト缶 コンソメ	●おかゆ ●肉団子のトマト煮 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん キャベツ カットトマト缶 コンソメ	26	●ごはん ●味噌おでん 鶏もも肉 大根 里芋 生揚げ(皮を除く) 赤味噌 三温糖 ●白菜のおひたし 白菜 きゅうり にんじん しょうゆ	●軟飯 ●味噌おでん 鶏ささみ 大根 里芋 生揚げ(皮を除く) 赤味噌 三温糖 ●野菜の煮びたし 白菜 きゅうり にんじん だし汁	●おかゆ ●味噌おでん 鶏ささみ 大根 里芋 生揚げ(皮を除く) 赤味噌 三温糖 ●野菜の煮びたし 白菜 きゅうり にんじん だし汁
火曜日	20	●ごはん ●豆腐のトロトロ煮 豚肉 豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 チンゲン菜 椎茸 中華スープ 片栗粉 ●もやしのナムル もやし きゅうり にんじん 酢 油 砂糖 しょうゆ	●軟飯 ●豆腐のトロトロ煮 豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 チンゲン菜(葉先) 中華スープ だし汁 ●きゅうりスティック きゅうり だし汁	●おかゆ ●豆腐のトロトロ煮 豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜 チンゲン菜(葉先) だし汁 片栗粉	27	●ごはん ●ハンバーグ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん パン粉 塩 油 ●冬野菜のポトフ 大根 白菜 玉ねぎ にんじん コンソメ ●ゆでキャベツ キャベツ	●軟飯 ●肉団子のコンソメ煮 鶏ミンチ 塩 片栗粉 玉ねぎ にんじん 白菜 キャベツ コンソメ ●大根スティック 大根 コンソメ	●おかゆ ●肉団子のコンソメ煮 鶏ミンチ 塩 片栗粉 玉ねぎ にんじん 白菜 キャベツ コンソメ ●大根スティック 大根 コンソメ
水曜日	21	●ごはん ●豚肉と里芋のごま煮 豚肉 里芋 にんじん グリーンピース しょうゆ 砂糖 すりごま ごま油 ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 片栗粉 塩 大根 白菜 にんじん ねぎ だし汁 ミックス味噌	●軟飯 ●里芋のごま煮 里芋 しょうゆ 砂糖 すりごま ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 片栗粉 塩 大根 白菜 にんじん だし汁 ミックス味噌	●おかゆ ●里芋のごま煮 里芋 しょうゆ 砂糖 すりごま ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 片栗粉 塩 大根 白菜 にんじん だし汁 ミックス味噌	28	●ごはん ●あじの煮つけ あじ しょうゆ 砂糖 ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜のおかか和え もやし きゅうり にんじん かつお節 しょうゆ	●軟飯 ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん だし汁 ●野菜の煮びたし にんじん きゅうり だし汁 かつお節 (だし)	●おかゆ ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん だし汁 ●野菜の煮びたし にんじん きゅうり だし汁 かつお節 (だし)
木曜日	22	●パン ●冬野菜のシチュー 鶏もも肉 さつま芋 かぶ 白菜 玉ねぎ にんじん 豆乳 米粉 コンソメ 油 ●大根サラダ 大根 にんじん きゅうり ツナ 酢 油 しょうゆ 砂糖	●パン ●冬野菜とツナのスープ ツナ 大根 にんじん 玉ねぎ かぶ 白菜 コンソメ 片栗粉 ●ふかし芋 さつま芋	●パン ●冬野菜とツナのスープ ツナ 大根 にんじん 玉ねぎ かぶ 白菜 コンソメ 片栗粉 ●ふかし芋 さつま芋	29	●五目うどん 白玉うどん 豚肉 にんじん コーン ねぎ もやし 白菜 だし汁 しょうゆ ●ゆでブロッコリー ブロッコリー ●ヨーグルト	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 白菜 だし汁 しょうゆ ●ゆでブロッコリー ブロッコリー ●ヨーグルト	●鶏野菜うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 白菜 だし汁 しょうゆ ●ゆでブロッコリー ブロッコリー ●ヨーグルト
金曜日	23	●ごはん ●煮魚 白身魚 しょうゆ 砂糖 ●さつま芋の味噌汁 さつま芋 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌 ●野菜のごま和え もやし きゅうり にんじん しょうゆ すりごま	●軟飯 ●煮魚 白身魚 しょうゆ 砂糖 ●さつま芋の味噌汁 さつま芋 にんじん 豆腐 だし汁 ミックス味噌	●おかゆ ●煮魚 白身魚 しょうゆ 砂糖 ●さつま芋の味噌汁 さつま芋 にんじん 豆腐 だし汁 ミックス味噌	30	●ごはん ●かきあげ さつま芋 玉ねぎ にんじん ピーマン 塩 油 ●大根の味噌汁 豆腐 大根 油揚げ ねぎ だし汁 赤味噌	●さつま芋ご飯 軟飯 さつま芋 ●大根の味噌汁 豆腐 大根 玉ねぎ にんじん 油揚げ だし汁 赤味噌	●さつま芋入りお粥 おかゆ さつま芋 ●大根の味噌汁 豆腐 大根 玉ねぎ にんじん だし汁 赤味噌
土曜日	24	●ごはん ●焼肉 豚肉 玉ねぎ にんじん ピーマン 油 しょうゆ 砂糖 ●豆腐の中華スープ 豆腐 玉ねぎ 小松菜 コーン 中華スープ 片栗粉 ●オレンジ	●軟飯 ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん 小松菜(葉先) だし汁 片栗粉 ●オレンジ	●おかゆ ●豆腐のスープ 豆腐 玉ねぎ にんじん 小松菜(葉先) だし汁 片栗粉 ●オレンジ	31	●ごはん ●ハヤシライス 豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリーンピース ハヤシルウ 油 ●ツナサラダ ツナ キャベツ きゅうり にんじん コーン 砂糖 塩	●軟飯 ●ツナと野菜の煮物 ツナ じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ ●きゅうりスティック きゅうり コンソメ	●おかゆ ●ツナと野菜の煮物 ツナ じゃがいも にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ