

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	2	●ごはん ●酢鶏 鶏モモ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ ピーマン しいたけ 中華スープ しょうゆ 砂糖 酢 ケチャップ ●チンゲン菜のスープ チンゲン菜 大根 にんじん 玉ねぎ コーン 中華スープ	●軟飯 ●肉団子のスープ煮 鶏ミンチ 片栗粉 塩 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 中華スープ ●大根スティック 大根 中華スープ	●おかゆ ●肉じゃが 鶏ミンチ 片栗粉 塩 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 中華スープ ●大根スティック 大根 中華スープ	9	●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 ●大根の味噌汁 大根 わかめ 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 赤みそ	●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 砂糖 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 だし汁 赤みそ	●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 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 だし汁 赤みそ
火曜日	3	●ごはん ●節分けんちん汁 豆腐 油揚げ 大根 里芋 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜の煮びたし きゅうり もやし にんじん だし汁	●軟飯 ●節分けんちん汁 豆腐 油揚げ 大根 里芋 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜の煮びたし きゅうり もやし にんじん だし汁	●おかゆ ●節分けんちん汁 豆腐 油揚げ 大根 里芋 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜の煮びたし きゅうり もやし にんじん だし汁	10	●ごはん ●焼肉 豚肉 ねぎ にら もやし にんじん しょうゆ 砂糖 油 ●豆腐の中華スープ 豆腐 にんじん 玉ねぎ 小松菜 中華スープ 片栗粉 ●棒チーズ	●こまつながはん 軟飯 ツナ 小松菜(葉先) ●豆腐の中華スープ 豆腐 にんじん 玉ねぎ 中華スープ 片栗粉 ●棒チーズ	●こまつながゆ おかゆ ツナ 小松菜(葉先) ●豆腐の中華スープ 豆腐 にんじん 玉ねぎ 中華スープ 片栗粉
水曜日	4	●パン ●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 ●大根サラダ 大根 きゅうり にんじん 砂糖 油 しょうゆ 砂糖	●パン ●鶏と野菜のケチャップ煮 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ ケチャップ ●野菜のコンソメ煮 大根 きゅうり コンソメ	●パン ●鶏と野菜のケチャップ煮 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ ケチャップ ●野菜のコンソメ煮 大根 きゅうり コンソメ	11	建国記念の日 	建国記念の日 	建国記念の日 
木曜日	5	●ごはん ●大根と里芋の煮物 大根 生揚げ 豚肉 にんじん 里芋 白菜 しょうゆ 砂糖 ●小松菜のごま和え 小松菜 もやし すりごま しょうゆ	●軟飯 ●大根と里芋の煮物 大根 生揚げ(皮除く) にんじん 里芋 白菜 だし汁 しょうゆ ●もやしのくたくた煮 もやし にんじん だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●大根と里芋の煮物 大根 生揚げ(皮除く) にんじん 里芋 白菜 だし汁 ●もやしのくたくた煮 もやし にんじん だし汁	12	●ごはん ●白身魚のレモン風味煮 白身魚 しょうゆ 砂糖 みりん レモン果汁 ●白菜のスープ 白菜 じゃがいも キャベツ にんじん コンソメ	●軟飯 ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ ●白菜のスープ 白菜 じゃがいも キャベツ にんじん コンソメ	●おかゆ ●煮魚 白身魚 だし汁 ●白菜のスープ 白菜 じゃがいも キャベツ にんじん コンソメ
金曜日	6	●ごはん ●コーンシチュー 鶏モモ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 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 ●にんじんサラダ にんじん もやし きゅうり 砂糖 塩 酢 油	●軟飯 ●鶏肉と野菜のコーン煮 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 ●ツナじゃがおやき ツナ じゃがいも 片栗粉	●おかゆ ●鶏肉と野菜のコーン煮 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 ●ツナじゃがおやき ツナ じゃがいも 片栗粉	13	●ごはん ●みそけんちん汁 鶏もも肉 里芋 大根 にんじん 油揚げ ねぎ だし汁 ミックスみそ ●野菜のおかか和え 白菜 にんじん もやし しょうゆ かつお節	●軟飯 ●みそけんちん汁 鶏ムネ肉 里芋 大根 にんじん だし汁 ミックスみそ ●野菜の煮びたし 白菜 にんじん もやし だし汁	●おかゆ ●みそけんちん汁 鶏ムネ肉 里芋 大根 にんじん だし汁 ミックスみそ ●野菜の煮びたし 白菜 にんじん もやし だし汁
土曜日	7	●ごはん ●すき焼き風煮 豚肉 白菜 にんじん 焼き豆腐 ねぎ しょうゆ 砂糖 油 ●わかめ汁 わかめ 玉ねぎ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●豆腐のとろとろ煮 焼き豆腐 白菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●豆腐のとろとろ煮 焼き豆腐 白菜 にんじん 玉ねぎ ねぎ だし汁 しょうゆ	14	●ごはん ●チキンカレー 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん グリーンピース カレールウ 油 ●コーンサラダ キャベツ きゅうり コーン 酢 油 砂糖	●軟飯 ●チキンボトフ 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ	●おかゆ ●チキンボトフ 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	16	●ごはん ●麻婆豆腐 豚ミンチ 豆腐 玉ねぎ にんじん ねぎ しいたけ しょうが 赤味噌 砂糖 しょうゆ 片栗粉 油 ●大根の中華サラダ 大根 にんじん きゅうり すりごま 酢 しょうゆ 砂糖 油	●軟飯 ●豆腐団子の味噌煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん 大根 だし汁 赤みそ 砂糖 ●きゅうりスティック きゅうり	●おかゆ ●豆腐団子の味噌煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん 大根 だし汁 赤みそ 砂糖	23	天皇誕生日 	天皇誕生日 	天皇誕生日 
火曜日	17	●あんかけうどん 白玉うどん 鶏もも肉 にんじん ねぎ 油揚げ しいたけ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●みかん	●あんかけうどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●みかん	●五目うどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん ねぎ だし汁 片栗粉 ●みかん	24	●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 だし汁 しょうゆ 砂糖 いりごま ●キャベツの味噌汁 キャベツ 玉ねぎ 豆腐 油揚げ ねぎ だし汁 ミックスみそ	●里芋ごはん 軟飯 里芋 だし汁 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 玉ねぎ にんじん 豆腐 だし汁 ミックスみそ	●里芋がゆ おかゆ 里芋 だし汁 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 玉ねぎ にんじん 豆腐 だし汁 ミックスみそ
水曜日	18	●ごはん ●里芋と厚揚げのそぼろ煮 里芋 にんじん 生揚げ 豚ミンチ グリーンピース しょうゆ 砂糖 片栗粉 ●鶏肉入り味噌汁 鶏もも肉 油揚げ しいたけ にんじん ねぎ だし汁 ミックスみそ	●軟飯 ●里芋の煮つけ 里芋 にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●味噌汁 生揚げ(皮除く) にんじん だし汁 ミックスみそ	●おかゆ ●里芋の煮つけ 里芋 にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●味噌汁 生揚げ(皮除く) にんじん だし汁 ミックスみそ	25	●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 油 ●ひじきのマリネ キャベツ きゅうり もやし ひじき しょうゆ 酢 油 砂糖	●ツナひじきごはん 軟飯 ツナ ひじき だし汁 しょうゆ ●すまし汁 玉ねぎ キャベツ にんじん もやし だし汁 しょうゆ ●ふかし芋 じゃがいも	●ツナひじきがゆ おかゆ ツナ ひじき だし汁 ●すまし汁 玉ねぎ キャベツ にんじん もやし だし汁 ●ふかし芋 じゃがいも
木曜日	19	●ごはん ●ポークチチュー 豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 米粉 トマトピューレ ケチャップ ソース 塩 油 ●大根入りコロコロサラダ 大根 きゅうり にんじん コーン 酢 油 砂糖 塩	●軟飯 ●鶏肉と野菜のトマト煮 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ トマトピューレ コンソメ ●野菜スティック 大根 きゅうり コンソメ	●おかゆ ●鶏肉と野菜のトマト煮 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ トマトピューレ コンソメ ●野菜スティック 大根 コンソメ	26	●五目ごはん ごはん 鶏モモ肉 にんじん ごぼう しいたけ 油揚げ 砂糖 しょうゆ ●鯖の煮つけ さわら だし汁 しょうゆ ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●鯖の煮つけ さわら だし汁 ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●鯖の煮つけ さわら だし汁 ●ふだま汁 豆腐 まるふ にんじん だし汁
金曜日	20	●ごはん ●肉団子と豆腐のスープ煮 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 豆腐 しいたけ にんじん 白菜 にら 中華スープ ●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 ●肉団子と豆腐のスープ煮 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 豆腐 にんじん 白菜 中華スープ ●もやしのくたくた煮 もやし にんじん 中華スープ 片栗粉	●おかゆ ●肉団子と豆腐のスープ煮 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 豆腐 にんじん 白菜 中華スープ ●もやしのくたくた煮 もやし にんじん 中華スープ 片栗粉	27	●ごはん ●豆腐ナゲット 豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ コーン 片栗粉 油 ●冬野菜のスープ 大根 白菜 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ ●ゆでキャベツ キャベツ	●軟飯 ●肉団子と冬野菜のスープ煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 コーン 塩 大根 白菜 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ	●おかゆ ●肉団子と冬野菜のスープ煮 豆腐 鶏ミンチ 片栗粉 塩 大根 白菜 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ
土曜日	21	●チキンライス ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース ケチャップ コンソメ 油 ●野菜スープ じゃがいも 玉ねぎ にんじん コーン キャベツ コンソメ ●オレンジ	●軟飯 ●チキンボトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ コンソメ ●オレンジ	●おかゆ ●チキンボトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん じゃがいも キャベツ コンソメ ●オレンジ	28	●そぼろ丼 ごはん 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん グリーンピース しょうゆ 砂糖 油 ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜 じゃがいも 豆腐 油揚げ だし汁 ミックスみそ	●そぼろ丼 軟飯 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜(葉先) しょうゆ 砂糖 片栗粉 ●味噌汁 じゃがいも 豆腐 玉ねぎ だし汁 ミックスみそ	●そぼろがゆ おかゆ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜(葉先) だし汁 ●味噌汁 じゃがいも 豆腐 玉ねぎ だし汁 ミックスみそ