

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日					7	●散らし寿司 ごはん 砂糖 酢 錦糸卵 にんじん しいたけ れんこん きゅうり しょうゆ 砂糖 ●そうめん汁 そうめん にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●オクラごはん 軟飯 オクラ かつお節 だし汁 ●そうめん汁 そうめん にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●オクラごはん おかゆ オクラ かつお節 だし汁 ●そうめん汁 そうめん にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ
火曜日	1	●ごはん ●蒸し鶏のあんかけ 鶏モモ肉 キャベツ しょうゆ だし汁 片栗粉 ●チンゲン菜のスープ チンゲン菜 にんじん 玉ねぎ コーン しょうゆ だし汁	●軟飯 ●ツナと野菜の煮物 ツナ チンゲン菜(葉先) にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●ツナと野菜の煮物 ツナ チンゲン菜(葉先) にんじん 玉ねぎ キャベツ コーン だし汁	8	●ごはん ●白身魚の南蛮漬け 白身魚 でんぶん 油 玉ねぎ にんじん ピーマン 油 酢 砂糖 塩 しょうゆ 油 ●大根の味噌汁 大根 豆腐 ねぎ だし汁 赤味噌	●軟飯 ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ ●大根の味噌汁 豆腐 大根 玉ねぎ にんじん だし汁 赤味噌	●おかゆ ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ ●大根の味噌汁 豆腐 大根 玉ねぎ にんじん だし汁 赤味噌
水曜日	2	●ごはん ●ふだま汁 豆腐 まるふ 大根 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●野菜のみそ煮 なす 玉ねぎ にんじん 赤味噌 砂糖 だし汁	●軟飯 ●ふだま汁 豆腐 まるふ 大根 だし汁 しょうゆ ●野菜のみそ煮 玉ねぎ にんじん なす 赤味噌 だし汁	●おかゆ ●ふだま汁 豆腐 まるふ 大根 にんじん だし汁 ●野菜のみそ煮 玉ねぎ にんじん なす 赤味噌 だし汁	9	●ごはん ●ツナじゃが ツナ じゃがいも 玉ねぎ にんじん グリーンピース 油 砂糖 しょうゆ ●野菜のごまあえ きゅうり にんじん ごま油 しょうゆ	●軟飯 ●ツナじゃが ツナ じゃがいも 玉ねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ 野菜の煮びたし にんじん じゃが芋	●おかゆ ●ツナじゃが ツナ じゃがいも 玉ねぎ にんじん 砂糖 しょうゆ ●ふかし芋 じゃが芋
木曜日	3	●パン ●コーンシチュー 鶏モモ肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ クリームコーン グリーンピース 油 米粉 豆乳 ●サラダ きゅうり キャベツ 酢 油 砂糖 塩	●パン ●コーンスープ 鶏ささみ じゃが芋 にんじん 玉ねぎ クリームコーン コンソメ 塩 ●サラダ きゅうり キャベツ 酢 油 砂糖 塩	●パン ●コーンスープ 鶏ささみ じゃが芋 にんじん 玉ねぎ クリームコーン コンソメ ●煮びたし きゅうり キャベツ だし汁	10	【前半】五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん 玉ねぎ だし汁 しょうゆ 【後半】焼きそば 焼きそば 豚肉 キャベツ にんじん もやし ピーマン かつお節 青のり ソース ●ヨーグルト和え バナナ ヨーグルト	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん キャベツ だし汁 しょうゆ ●ヨーグルト和え バナナ ヨーグルト	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん キャベツ だし汁 ●ヨーグルト和え バナナ ヨーグルト
金曜日	4	●ごはん ●さばのから揚げ まさば 小麦粉 油 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 にんじん ミックス味噌 だし汁 ●きゅうりのゆかり和え きゅうり にんじん ゆかり粉	●軟飯 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌 ●にんじんスティック にんじん だし汁	●おかゆ ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌 ●にんじんスティック にんじん だし汁	11	●ごはん ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん だし汁 ミックス味噌 ●ふかし芋 じゃがいも 塩	●軟飯 ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん だし汁 ミックス味噌 ●ふかし芋 じゃがいも	●おかゆ ●味噌つくね汁 鶏ミンチ 豆腐 片栗粉 塩 玉ねぎ にんじん だし汁 ミックス味噌 ●ふかし芋 じゃがいも
土曜日	5	●ハヤシライス ごはん 豚肉 じゃが芋 にんじん 玉ねぎ グリーンピース 油 ハヤシルウ ●コーンサラダ キャベツ きゅうり コーン 酢 油 砂糖	●軟飯 ●チキンポトフ 鶏ささみ じゃが芋 にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ 塩	●おかゆ ●チキンポトフ 鶏ささみ じゃが芋 にんじん 玉ねぎ キャベツ コンソメ	12	●ごはん ●すき焼き風煮 豚肉 焼き豆腐 白菜 にんじん ねぎ しょうゆ 砂糖 油 ●ふだま汁 焼き麩 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●とろとろ煮 焼き豆腐 焼き麩 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉	●おかゆ ●とろとろ煮 焼き豆腐 焼き麩 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	14	●ごはん ●鮭のあんかけ 鮭 ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃが芋 にんじん わかめ ねぎ だし汁 赤味噌	●軟飯 ●鮭のあんかけ 鮭 ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃが芋 にんじん だし汁 赤味噌	●おかゆ ●鮭のあんかけ 鮭 ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●じゃがいもの味噌汁 じゃが芋 にんじん だし汁 赤味噌	21	海の日 	海の日 	海の日 
		●ごはん ●チキンポトフ 鶏モモ肉 にんじん 玉ねぎ じゃが芋 コンソメ 塩 ●バインサラダ バイン缶 きゅうり キャベツ 油 酢 砂糖 塩	●軟飯 ●チキンポトフ 鶏ささみ にんじん 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ コンソメ 塩	●おかゆ ●チキンポトフ 鶏ささみ にんじん 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ コンソメ		●ビビンバ丼 ごはん 豚肉 もやし にら にんじん しょうゆ 砂糖 油 ●春雨スープ 春雨 チンゲン菜 にんじん コンソメ ●すいか	●軟飯 ●ツナと野菜のトロトロ煮 ツナ にんじん 玉ねぎ チンゲン菜(葉先) だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●すいか	●おかゆ ●ツナと野菜のトロトロ煮 ツナ にんじん 玉ねぎ チンゲン菜(葉先) だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●すいか
		●ごはん ●マーボーなす なす 鶏ミンチ 玉ねぎ ねぎ にんじん 砂糖 赤味噌 ●春雨サラダ 春雨 きゅうり にんじん 酢 油 砂糖 塩	●軟飯 ●マーボーなす なす 鶏ミンチ 玉ねぎ ねぎ にんじん 砂糖 味噌 ●きゅうりスティック きゅうり だし汁	●おかゆ ●マーボーなす なす 鶏ミンチ 玉ねぎ ねぎ にんじん 砂糖 味噌 ●きゅうりスティック きゅうり だし汁		●ひじきごはん ごはん ひじき 鶏肉 にんじん 砂糖 しょうゆ サラダ油 ●切干大根の味噌汁 切干大根 じゃが芋 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌	●軟飯 ●生揚げの煮物 生揚げ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●じゃがいもの味噌汁 じゃが芋 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌	●おかゆ ●生揚げの煮物 生揚げ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ●じゃがいもの味噌汁 じゃが芋 豆腐 ねぎ だし汁 ミックス味噌
		●ごはん ●夏野菜のカレー 鶏モモ肉 トマト ピーマン 玉ねぎ なす かぼちゃ グリーンピース カールルウ 油 ●フレンチサラダ きゅうり キャベツ 酢 油 砂糖 塩	●軟飯 ●夏野菜のコンソメ煮 鶏ささみ トマト ピーマン 玉ねぎ なす かぼちゃ コンソメ 塩 ●フレンチサラダ きゅうり キャベツ 酢 油 砂糖	●おかゆ ●夏野菜の味噌煮 鶏ささみ トマト ピーマン 玉ねぎ なす かぼちゃ キャベツ コンソメ		【前半】うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん もやし しょうゆ だし汁 【後半】冷やし中華 中華めん きゅうり もやし コーン 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油 中華スープ ●しゅうまい	●うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん もやし しょうゆ 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	●うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん しょうゆ 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
		●ごはん ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●味噌汁 豆腐 大根 キャベツ にんじん ねぎ だし汁 赤味噌	●軟飯 ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●味噌汁 豆腐 大根 キャベツ にんじん ねぎ だし汁 赤味噌	●おかゆ ●煮魚 白身魚 だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●味噌汁 豆腐 大根 キャベツ にんじん ねぎ だし汁 赤味噌		●ごはん ●鶏肉の唐揚げ 鶏モモ しょうゆ みりん しょうが 片栗粉 揚げ油 ●冬瓜スープ 冬瓜 にんじん 玉ねぎ コーン しょうゆ コンソメ	●軟飯 ●冬瓜の煮物 ツナ 冬瓜 にんじん 玉ねぎ コンソメ しょうゆ 片栗粉	●おかゆ ●冬瓜の煮物 ツナ 冬瓜 にんじん 玉ねぎ コンソメ しょうゆ 片栗粉
土曜日	19	●ごはん ●豆腐のあんかけ 豆腐 玉ねぎ にんじん ねぎ ピーマン だし汁 しょうゆ ●バナナ	●軟飯 ●豆腐のあんかけ 豆腐 玉ねぎ にんじん ねぎ ピーマン だし汁 しょうゆ ●バナナ	●おかゆ ●豆腐のあんかけ 豆腐 玉ねぎ にんじん ねぎ ピーマン だし汁 しょうゆ ●バナナ	26	●鶏丼 ごはん 鶏ささみ 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 じゃがいも 豆腐 だし汁 ミックス味噌 ●ひとくちゼリー	●鶏丼 軟飯 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜(葉先) じゃがいも 豆腐 だし汁 ミックス味噌 ●ひとくちゼリー	●鶏丼 ごはん 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ ●チンゲン菜の味噌汁 チンゲン菜(じゃがいも 豆腐 だし汁 ミックス味噌 ●ひとくちゼリー

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	28	●ごはん ●豚汁 豚肉 大根 にんじん ねぎ 豆腐 だし汁 赤味噌 ●きゅうりの甘酢漬け きゅうり 酢 砂糖 しょうゆ 塩	●軟飯 ●豆腐と野菜の味噌煮 豆腐 大根 にんじん ねぎ 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 ●豆腐と野菜の味噌煮 豆腐 大根 にんじん ねぎ だし汁 赤味噌 ●きゅうりスティック きゅうり だし汁				
火曜日	29	●チキンライス ごはん 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん マッシュルーム グリーンピース コンソメ ケチャップ ●野菜スープ じゃが芋 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ 塩	●洋風ごはん 軟飯 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん ケチャップ ●野菜スープ じゃが芋 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ	●洋風ごはん おかゆ 鶏ささみ 玉ねぎ にんじん ケチャップ ●野菜スープ じゃが芋 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ				
水曜日	30	●五目うどん 白玉うどん 鶏肉 にんじん ねぎ 白菜 だし汁 しょうゆ ●キャベツのごま和え キャベツ にんじん もやし すりごま しょうゆ	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ●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	●五目うどん 白玉うどん 鶏ささみ にんじん ねぎ 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				
木曜日	31	●ごはん ●肉団子と豆腐の煮物 鶏ミンチ 片栗粉 塩 豆腐 にんじん 玉ねぎ ねぎ だし汁 しょうゆ	●軟飯 ●肉団子と豆腐の煮物 鶏ミンチ 片栗粉 塩 豆腐 にんじん 玉ねぎ ねぎ だし汁 しょうゆ	●おかゆ ●肉団子と豆腐の煮物 鶏ミンチ 片栗粉 塩 豆腐 にんじん 玉ねぎ ねぎ だし汁 しょうゆ				
金曜日								
土曜日								