



	NO.1	NO.2	NO.3	NO.4	NO.5
12月	5日・10日・15日・20日・25日	1日・6日・11日・16日・21日・26日	2日・7日・12日・17日・22日・27日	3日・8日・13日・18日・23日・28日	4日・9日・14日・19日・24日
1月	9日・14日・19日・24日・29日	5日・10日・15日・20日・25日・30日	6日・11日・16日・21日・26日・31日	7日・12日・17日・22日・27日	8日・13日・18日・23日・28日
2月	3日・8日・13日・18日・23日・28日	4日・9日・14日・19日・24日	5日・10日・15日・20日・25日	1日・6日・11日・16日・21日・26日	2日・7日・12日・17日・22日・27日
朝食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
主食2	食パン	食パン	食パン	食パン	食パン
汁物	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
主菜1	スクランブルエッグ	鯖の塩焼	オムレツ	スクランブルエッグ	オムレツ
主菜2	ウインナー	ハム	肉団子のケチャップ炒め	ハム	鯖の照り焼き
副菜1	ひじき煮	切干大根	ひじき煮	アスパラとコーン炒め	切干大根
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
共通	日替わり（マーガリン・いちごジャム）・日替わり（ふりかけ（かつお）・納豆）日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー・オレンジジュース・りんごジュース）				
昼食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
主食2	ハヤシライス	五目うどん	ポークカレー	グリルチキン クリームソース	蒸し鶏の葱塩ラーメン
主菜1	チキンカツ	白身魚フライ	コーンフライ	白身魚フライ	日替わりフライ
主菜2	ベジタブルスープ	がんもの煮物	オニオンスープ	ベジタブルスープ	ポテトサラダ
副菜1	野菜の味噌和え	もやしのごま和え	海藻サラダ	南瓜の煮物	オクラのごま和え
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
共通	日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー）				
夕食					
主食1	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
汁物	わかめスープ	中華野菜スープ	わかめスープ	ポトフ	わかめと麩のすまし汁
主菜1	肉団子の酢豚風	ハンバーグおろしポン酢	チキンチキンごぼう	野菜コロッケ	ハンバーグ ケチャップソース
主菜2	野菜コロッケ	日替わりフライ	のりポテト	菜の花入りバスタ	ポテトフライ
副菜1	春雨マヨサラダ	菜の花の梅和え	オクラのお浸し	枝豆のツナマヨ	カリフォルニア・ヤングコーン
副菜2	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ	野菜サラダ
デザート	カップゼリー	カップゼリー	カップゼリー	カップゼリー	カップゼリー
共通	日替わり漬物・ドレッシング・ドリンク（煎茶・麦茶・コーヒー）				

*食材の都合により、メニューを変更させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。