

4月献立表

栢谷

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)
ご飯 鱈の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール 煮物 デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き スパソテー みそ汁 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ けんちん汁 デザート	ご飯 西京焼き ぎょうざ 大根のきんぴら おすまし デザート	パン 焼きそば ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え ひじきの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鶏肉ごま照り焼き 卵とじ煮 おすまし デザート	ハヤシライス ソテー スープ デザート	ご飯 鮭の塩焼き チンゲン菜のソテー 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー マカロニサラダ ゆで卵 デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート
米 鱈 白菜 卵 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 ゆかり そば もやし 卵 焼豚スライス 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ 厚揚げ いんげん パイナップル	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー スパゲティ アスパラガス 玉ねぎ 人参 ベーコン 白菜 えのき 人参 豆腐 バナナ	米 鶏ミンチ のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 オレンジ	米 ほき 白味噌 ぎょうざ 大根 人参 ごま 卵 人参 玉ねぎ ほうれん草 パイン 寒天	ロールパン そば 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにやく たけのこ 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	米 ごま 青のり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 鶏肉 ごま じゃがいも パセリ 卵 人参 ほうれん草 人参 もやし 青ねぎ ふ バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ パイナップル	米 鮭 チンゲン菜 人参 切干大根 人参 うす揚げ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり 卵 市販ゼリー	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 わかめ 青ねぎ パイン 寒天
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	30日(火)	
ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ スープ デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 季節のみそ汁 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ スープ デザート	パン スパゲティ 鶏肉のから揚げ スープ デザート	ご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の おかか和え 切干大根のナムル みそ汁 デザート	わかめご飯 うどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 オムレツ風 ポテトサラダ スープ デザート	ご飯 すき焼き風煮 しゅうまい みそ汁 デザート	ご飯 白身魚のフライ サラダ スープ デザート	パン クリームシチュー 海藻サラダ ゆで卵 デザート	チキンライス マカロニサラダ 春巻 スープ デザート	
米 ゆかり そば 豚肉 いか キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま りんご	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 豚肉 ピーマン 人参 ごま 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイナップル	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ ごま 黄桃 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ パセリ ごま 市販ゼリー	米 鯖 ほうれん草 かつおぶし 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 人参 玉ねぎ いちご	米 卵 鶏ミンチ 玉ねぎ トマト じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ 豆苗 もやし 人参 ごま パセリ オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 人参 玉ねぎ こんにやく 白菜 青ねぎ しゅうまい ほうれん草 ふ 大根 人参 バナナ	米 メルルーサ 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 わかめ ごま パイン 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ キャベツ 人参 きゅうり えび 卵 市販ゼリー	米 鶏肉 卵 コーン 玉ねぎ 人参 ピーマン グリーンピース マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり 春巻 わかめ 大根 人参 ごま パイナップル	

# 4月献立表

卵完全 / 栢谷

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)
ご飯 鯖の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール 煮物 デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き スパソテー みそ汁 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ けんちん汁 デザート	ご飯 西京焼き 鶏肉のソテー 大根のきんぴら おすまし デザート	パン 焼きそば さつまいもの煮物 スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え ひじきの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鶏肉ごま照り焼き 煮浸し おすまし デザート	ハヤシライス ソテー スープ デザート	ご飯 鮭の塩焼き チンゲン菜のソテー 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー マカロニサラダ かぼちゃの煮物 デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート
米 鯖 白菜 人参 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにゃく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 ゆかり そば もやし コーン 焼豚スライス 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ 厚揚げ いんげん パイナップル	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー スパゲティ アスパラガス 玉ねぎ 人参 コーン 白菜 えのき 人参 豆腐 バナナ	米 鶏ミンチ のり コーン ひじき 人参 コーン 枝豆 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 オレンジ	米 ほき 白味噌 鶏肉 大根 人参 ごま 人参 玉ねぎ ほうれん草 パイン 寒天	ロールパン そば 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり さつまいも わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにゃく たけのこ 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 鶏肉 ごま じゃがいも パセリ 人参 ほうれん草 人参 もやし 青ねぎ ふ バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ パイナップル	米 鮭 チンゲン菜 人参 切干大根 人参 うす揚げ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり かぼちゃ 市販ゼリー	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 わかめ 青ねぎ パイン 寒天
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	30日(火)	
ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ スープ デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 季節のみそ汁 デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ スープ デザート	パン スパゲティ 鶏肉のから揚げ スープ デザート	ご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の おかか和え 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート	わかめご飯 うどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 鶏バーグ ポテトサラダ スープ デザート	ご飯 すき焼き風煮 しゅうまい みそ汁 デザート	ご飯 白身魚のフライ サラダ スープ デザート	パン クリームシチュー 海藻サラダ さつまいもの煮物 デザート	チキンライス マカロニサラダ 春巻 スープ デザート	
米 ゆかり そば 豚肉 いか キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま りんご	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 豚肉 ピーマン 人参 ごま 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイナップル	米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ ごま 黄桃 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ パセリ ごま 市販ゼリー	米 鯖 ほうれん草 かつおぶし 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん コーン ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 人参 玉ねぎ いちご	米 鶏ミンチ 玉ねぎ トマト じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ 豆苗 もやし 人参 ごま パセリ オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 人参 玉ねぎ こんにゃく 白菜 青ねぎ しゅうまい ほうれん草 ふ 大根 人参 バナナ	米 メルルーサ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 わかめ ごま パイン 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ キャベツ 人参 きゅうり えび さつまいも 市販ゼリー	米 鶏肉 コーン 玉ねぎ 人参 ピーマン グリーンピース マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり 春巻 わかめ 大根 人参 ごま パイナップル	

4月献立表

卵・乳除去／栢谷

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)
ご飯 鯖の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール 煮物 デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き スパソテー みそ汁 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ けんちん汁 デザート	ご飯 西京焼き 鶏肉のソテー 大根のきんぴら おすまし デザート	ご飯 焼きそば さつまいもの煮物 おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え ひじきの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鶏肉ごま照り焼き 煮浸し おすまし デザート	ハヤシライス ソテー おすまし デザート	ご飯 鮭の塩焼き チンゲン菜のソテー 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	ご飯 煮物 マカロニサラダ おすまし デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート
米 鯖 白菜 人参 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 ゆかり そば もやし コーン 豚肉 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ 厚揚げ いんげん パイナップル	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー スパゲティ アスパラガス 玉ねぎ 人参 コーン 白菜 えのき 人参 豆腐 バナナ	米 鶏ミンチ のり コーン ひじき 人参 コーン 枝豆 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 オレンジ	米 ほき 白味噌 鶏肉 大根 人参 ごま 人参 玉ねぎ ほうれん草 パイン 寒天	米 そば 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり さつまいも わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにやく たけのこ 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	米 ゆかり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 鶏肉 ごま じゃがいも パセリ 人参 ほうれん草 人参 もやし 青ねぎ ふ バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび キャベツ 玉ねぎ パイナップル	米 鮭 チンゲン菜 人参 切干大根 人参 うす揚げ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 豆腐 人参 わかめ 青ねぎ パイン 寒天
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	30日(火)	
ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ おすまし デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 季節のみそ汁 デザート	ご飯 ほきの塩焼き サラダ おすまし デザート	ご飯 スパゲティ 鶏肉のから揚げ おすまし デザート	ご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の おかか和え 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート	わかめご飯 うどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 鶏バーグ ポテトサラダ おすまし デザート	ご飯 すき焼き風煮 鶏肉のソテー みそ汁 デザート	ご飯 白身魚のフライ サラダ おすまし デザート	ご飯 煮物 海藻サラダ おすまし デザート	チキンライス マカロニサラダ 豚肉のソテー おすまし デザート	
米 ゆかり そば 豚肉 いか キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ りんご	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 豚肉 ピーマン 人参 ごま 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイナップル	米 ほき ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ 黄桃 寒天	米 スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ 市販ゼリー	米 鯖 ほうれん草 かつおぶし 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん コーン ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 人参 玉ねぎ いちご	米 鶏ミンチ 玉ねぎ トマト じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ 豆苗 もやし 人参 オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 人参 玉ねぎ こんにやく 白菜 青ねぎ 鶏肉 ほうれん草 ふ 大根 人参 バナナ	米 メルルーサ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 わかめ パイン 寒天	米 じゃがいも 豚肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ キャベツ 人参 きゅうり えび ほうれん草 玉ねぎ 市販ゼリー	米 鶏肉 コーン 玉ねぎ 人参 ピーマン グリーンピース マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり 豚肉 わかめ 大根 人参 パイナップル	



# 4月献立表

肉・肉エキス除去/栢谷

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)
ご飯 鯖の照り焼き 白菜の和え物 みそ汁 デザート	ご飯 和風そば 煮物 デザート	ご飯 鯖の塩焼き スパソテー みそ汁 デザート	鮭ごはん ひじきサラダ けんちん汁 デザート	ご飯 西京焼き さつまいもの煮物 大根のきんぴら おすまし デザート	パン 塩焼きそば ゆで卵 おすまし デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え ひじきの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鯖の照り焼き 卵とじ煮 おすまし デザート	ご飯 煮物 ソテー おすまし デザート	ご飯 鯖の塩焼き チンゲン菜のソテー 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン 煮物 マカロニサラダ ゆで卵 デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート
米 鯖 白菜 卵 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 ゆかり そば もやし 卵 青ねぎ かぼちゃ 厚揚げ いんげん パイナップル	米 鯖 ブロッコリー スパゲティ アスパラガス 玉ねぎ 人参 コーン 白菜 えのき 人参 豆腐 バナナ	米 鮭 のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 オレンジ	米 ほき 白味噌 さつまいも 大根 人参 ごま 卵 人参 玉ねぎ ほうれん草 パイン 寒天	ロールパン そば えび 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし 市販ゼリー	米 鯖 ごま 青のり 白菜 かつおぶし ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにやく たけのこ 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	米 ごま 青のり うどん うす揚げ わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 鯖 ごま じゃがいも パセリ 卵 人参 ほうれん草 人参 もやし 青ねぎ ふ バナナ	米 豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ パイナップル	米 鯖 チンゲン菜 人参 切干大根 人参 うす揚げ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり 卵 市販ゼリー	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 わかめ 青ねぎ パイン 寒天
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	30日(火)	
ご飯 和風ちゃんぽん かぼちゃの煮物 デザート	ご飯 厚揚げとたけのこの みそ炒め マカロニサラダ おすまし デザート	卵と野菜の丼ぶり チャプチェ 季節のみそ汁 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ おすまし デザート	パン スパゲティ 魚のから揚げ おすまし デザート	ご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の おかか和え 切り干し大根のナムル みそ汁 デザート	わかめご飯 うどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 鯖の塩焼き ポテトサラダ おすまし デザート	ご飯 豆腐と野菜の甘辛煮 さつまいもの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 白身魚のフライ サラダ おすまし デザート	パン 煮物 海藻サラダ ゆで卵 デザート	ケチャップライス マカロニサラダ さつまいもの煮物 おすまし デザート	
米 ゆかり そば いか キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ かぼちゃ オレンジ	米 厚揚げ たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ りんご	米 卵 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 ピーマン 人参 ごま 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ パイナップル	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ 黄桃 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン ほき 玉ねぎ 人参 わかめ パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ほうれん草 かつおぶし 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 人参 玉ねぎ いちご	米 鯖 トマト じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ 豆苗 もやし 人参 オレンジ	米 焼き豆腐 人参 玉ねぎ こんにやく 白菜 青ねぎ さつまいも ほうれん草 ふ 大根 人参 バナナ	米 メルルーサ 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 わかめ パイン 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ キャベツ 人参 きゅうり えび 卵 市販ゼリー	米 卵 コーン 玉ねぎ 人参 ピーマン グリーンピース マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり さつまいも わかめ 大根 人参 パイナップル	

4月献立表

パイナップル除去/栢谷

1日(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	15日(月)
ご飯 鱈の照り焼き 白菜の和え物 豚汁 デザート	ご飯 ラーメン ミートボール 煮物 デザート	ご飯 豚肉の生姜焼き スパソテー みそ汁 デザート	鶏そぼろ丼 ひじきサラダ けんちん汁 デザート	ご飯 西京焼き ぎょうざ 大根のきんぴら おすまし デザート	パン 焼きそば ゆで卵 スープ デザート	ご飯 鯖の南部焼き 白菜のおかか和え ひじきの煮物 みそ汁 デザート	ご飯 肉うどん 炒り豆腐 デザート	ご飯 鶏肉ごま照り焼き 卵とじ煮 おすまし デザート	ハヤシライス ソテー スープ デザート	ご飯 鮭の塩焼き チンゲン菜のソテー 切干大根の炒め煮 おすまし デザート	パン ビーフシチュー マカロニサラダ ゆで卵 デザート	ご飯 白身魚の磯辺揚げ マーボー春雨 おすまし デザート
米 鱈 白菜 卵 豚肉 人参 大根 ごぼう こんにやく うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	米 ゆかり そば もやし 卵 焼豚スライス 青ねぎ 鶏ミンチ 玉ねぎ 厚揚げ いんげん りんご	米 豚肉 玉ねぎ ピーマン ブロッコリー スパゲティ アスパラガス 玉ねぎ 人参 ベーコン 白菜 えのき 人参 豆腐 バナナ	米 鶏ミンチ のり 卵 ひじき 人参 コーン 枝豆 厚揚げ さといも ごぼう 青ねぎ 人参 大根 オレンジ	米 ほき 白味噌 ぎょうざ 大根 人参 ごま 卵 人参 玉ねぎ ほうれん草 黄桃 寒天	ロールパン そば 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 青のり 卵 わかめ 玉ねぎ もやし パセリ 市販ゼリー	米 鯖 ごま 白菜 かつおぶし ひじき 大豆 人参 うす揚げ こんにやく たけのこ 人参 玉ねぎ わかめ 黄桃 寒天	米 ごま 青のり うどん 牛肉 わかめ 青ねぎ 豆腐 人参 しいたけ 青ねぎ りんご	米 鶏肉 ごま じゃがいも パセリ 卵 人参 ほうれん草 人参 もやし 青ねぎ ふ バナナ	米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース もやし 人参 ほうれん草 えび 卵 キャベツ 玉ねぎ ごま パセリ オレンジ	米 鮭 チンゲン菜 人参 切干大根 人参 うす揚げ そうめん うす揚げ 青ねぎ みかん 寒天	丸ロールパン ジャム 牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース マカロニ キャベツ 人参 きゅうり 卵 市販ゼリー	米 メルルーサ 青のり ブロッコリー 春雨 豚肉 きくらげ 人参 玉ねぎ 青ねぎ 豆腐 人参 わかめ 青ねぎ みかん 寒天
16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	25日(木)	26日(金)	27日(土)	30日(火)	
ご飯 ちゃんぽん麺 ミートボールの ケチャップ煮 デザート	ご飯 豚肉とたけのこの みそ炒め マカロニサラダ スープ デザート	ビビンバ丼 チャプチェ 季節のみそ汁 デザート	ご飯 マヨネーズ焼き サラダ スープ デザート	パン スパゲティ 鶏肉のから揚げ スープ デザート	ご飯 鯖の塩焼き ほうれん草の おかか和え 切干大根のナムル みそ汁 デザート	わかめご飯 うどん アスパラガスの かき揚げ デザート	ご飯 オムレツ風 ポテトサラダ スープ デザート	ご飯 すき焼き風煮 しゅうまい みそ汁 デザート	ご飯 白身魚のフライ サラダ スープ デザート	パン クリームシチュー 海藻サラダ ゆで卵 デザート	チキンライス マカロニサラダ 春巻 スープ デザート	
米 ゆかり そば 豚肉 いか キャベツ 人参 玉ねぎ たけのこ もやし きくらげ 鶏ミンチ 玉ねぎ オレンジ	米 豚肉 たけのこ キャベツ 人参 きくらげ マカロニ 玉ねぎ 人参 きゅうり 玉ねぎ 人参 わかめ ごま りんご	米 牛肉 ほうれん草 人参 もやし ごま 春雨 豚肉 ピーマン 人参 ごま 季節の野菜 具材は当日 のお楽しみ ♪ バナナ	米 ほき パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし わかめ 人参 玉ねぎ ごま 黄桃 寒天	ロールパン スパゲティ 人参 玉ねぎ えのき ピーマン 鶏肉 玉ねぎ 人参 わかめ パセリ ごま 市販ゼリー	米 鯖 ほうれん草 かつおぶし 切干大根 人参 きゅうり 豆腐 人参 玉ねぎ 青ねぎ みかん 寒天	米 わかめ うどん 卵 ほうれん草 うす揚げ アスパラガス さつまいも 人参 玉ねぎ いちご	米 卵 鶏ミンチ 玉ねぎ トマト じゃがいも 人参 きゅうり 玉ねぎ 豆苗 もやし 人参 ごま パセリ オレンジ	米 牛肉 焼き豆腐 人参 玉ねぎ こんにやく 白菜 青ねぎ しゅうまい ほうれん草 ふ 大根 人参 バナナ	米 メルルーサ 卵 玉ねぎ パセリ ブロッコリー キャベツ 人参 きゅうり もやし 玉ねぎ 人参 わかめ ごま みかん 寒天	丸ロールパン ジャム じゃがいも 豚肉 玉ねぎ 人参 グリーンピース わかめ キャベツ 人参 きゅうり えび 卵 市販ゼリー	米 鶏肉 卵 コーン 玉ねぎ 人参 ピーマン グリーンピース マカロニ 人参 玉ねぎ きゅうり 春巻 わかめ 大根 人参 ごま りんご	