献　　立　　表

糖尿病食1600kcal

								3/1
朝	A定食							ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ)D 牛乳
	B定食							ご飯　150g 鶏肉の冶部煮(D) なす酢味噌和え 果物(オレンジ)D 牛乳
昼	A定食							焼きそば(160) エビ焼売③ ごぼうサラダ(ドレ)
	B定食							ご飯　200g ﾒﾊﾞﾙの甘酢あんかけ(D エビ焼売③ ごぼうサラダ(ドレ)
夕	A定食							ご飯　200g 鶏肉のパン粉焼(60) 付) パックソース ビーンズサラダ いり豆腐 果物（りんご）
		3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8
朝	A定食	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ ｼｰﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾀﾝ 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付) ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ｽｰﾌﾟ仕立て 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ ｳｲﾝﾅｰと野菜の炒物(D) 果物(キウイ) 牛乳
	B定食	ご飯　150g 鯵の塩焼き(40) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 鶏つくね野菜煮 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g ほっけの塩焼き 70 ｴﾉｷの中華風和え 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付) パック醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g 五目あんかけ豆腐 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 高野豆腐の味噌煮 果物(キウイ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　200g シチューD(カレー風味 野菜のマリネ 果物(キウイ)	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	ご飯　200g 鶏肉のﾄﾏﾄ煮(皮ﾅｼ90) 鍋しぎ 春雨サラダ	ご飯　200g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g ﾎｷの香味ｿｰｽ (焼) 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどん(16) めんつゆ(温) 付) 七味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)D	ご飯　150g ｳﾛｺﾏｸﾞの冷製ﾄﾏﾄｿｰｽ60 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え
	B定食	ご飯　200g 赤魚の照り煮(60) 野菜のマリネ 果物(キウイ)	ご飯　200g 豚肉と厚揚げ炒め(D) 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え (ｷｬﾍﾞﾂ)	ご飯　200g 鯵の照り焼き 付) 大根おろし 鍋しぎ 春雨サラダ	たらこｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ80 クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	ご飯　200g タラのムニエル(60) 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)D	ご飯　150g 豚肉と木くらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え
夕	A定食	ご飯　150g 肉豆腐 南瓜の甘辛煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾜｹｷﾞ・ﾊﾝﾍﾟﾝ)	行事食献立 お楽しみに！	ご飯　150g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 果物（りんご）	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ入り) 果物(オレンジ)D 味噌汁(ﾅｽ・ﾈｷﾞ)	ご飯　150g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ(マヨ) 果物（りんご） 味噌汁(ﾐﾂﾊﾞ・豆麩)	ﾋﾟｰｽ御飯(200) 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位)	ご飯　200g のし鶏 切干大根煮(薩摩揚げ) 果物（りんご） 清し汁(ﾈｷﾞ･ｼﾗﾀﾏﾌ)
		3/9	3/10	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15
朝	A定食	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ポークビーンズ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 巣ごもり卵 付) ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 H 果物(キウイ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 野菜ソテー 果物(オレンジ)D 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 卵サラダ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ 鶏肉のクリーム煮 果物(キウイ) 牛乳
	B定食	ご飯　150g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 厚揚とﾁﾝｹﾞﾝ菜の煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 豆腐の卵とじ 果物(キウイ) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g 鯵の塩焼き ﾔｻｲの和え物(ﾓﾔ・ｶｲﾜﾚ 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 土佐納豆 大根の煮物 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　150g タンドリーチキン さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	ご飯　200g 鰺の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　150g 豚肉の生姜炒め 菜の花ﾋﾟﾘ辛炒め サイコロサラダ	彩り野菜のｻｯﾊﾟﾘ麺160 サラダうどんつゆ 煮豆(金時豆)D エビ焼売③	ご飯　150g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ご飯　150g ホキの味噌焼き 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅｼﾒｼﾞ)	ご飯　150g 八宝菜 焼売③ 彩りなます
	B定食	ご飯　150g 友禅豆腐 さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	ご飯　200g 鶏肉の磯辺焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　150g 鮭のムニエル(60) 菜の花ﾋﾟﾘ辛炒め サイコロサラダ	ご飯　150g 鰆の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆(金時豆)D エビ焼売③	ご飯　150g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ﾅﾎﾟﾘﾀﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨ(60) 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅｼﾒｼﾞ)	卵とじきしめん 200 めんつゆ(卵とじ) 焼売③ 彩りなます
夕	A定食	筍ごはん (200) 鮭の塩焼き(80) 付) 大根おろし 付)パック醤油 ぜんまいの炒め煮 果物(オレンジ)D	ご飯　200g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(小松菜) 果物（りんご） 味噌汁(ﾅﾒｺ･ﾈｷﾞ)	ご飯　200g 栗原はるみさん監修の 煮込みハンバーグ 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾆﾝｼﾞﾝ･ﾀﾏﾈｷﾞ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ﾒﾊﾞﾙの和風ｿｰｽ(D) 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え 果物（りんご）	ご飯　200g 鶏肉の照り焼き(D) 大豆とひじきの煮物 D 菜の花の辛子和え 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 酢豚 野菜の中華和え 果物（りんご） 中華ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ・ねぎ)	牛丼 (200) 小松菜の和え物 果物(オレンジ)D 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･豆腐)
		3/16	3/17	3/18	3/19	3/20	3/21	3/22
朝	A定食	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ハムエッグ 付) ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ減塩ｺﾞﾏ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ハム野菜ソテー 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ﾁｷﾝ 果物(オレンジ)D 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ煮 果物(キウイ) 牛乳
	B定食	ご飯　150g 鰯つみれの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 焼き豆腐の煮物 とろろ芋 付) パック醤油 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g 五目野菜煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 和風炒め(ﾑｷｴﾋﾞ) 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　150g 土佐納豆 大根とちくわの煮物 果物(キウイ) 牛乳
昼	A定食	ビビンバ丼 (200) 竹輪と牛蒡の金平 果物(オレンジ)D	カレーピラフ(200) 花野菜サラダ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	ご飯　150g Kシチュー⑤(ｶﾚｰ風味) ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(オレンジ)D	ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ(80) コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰｻのムニエル(60) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ (Caｳﾒ)	ご飯　150g ﾎﾟｰｸｼﾞﾝｼﾞｬｰ 新じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し
	B定食	ご飯　200g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 果物(オレンジ)D	ご飯　200g 黒ﾑﾂの香草ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込D 切干大根煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	ご飯　150g 鮭のﾚﾓﾝ焼き ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(オレンジ)D	ご飯　200g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛのおろし煮 コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　200g 鶏肉の香味ｿｰｽ⑤(60) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ (Caｳﾒ)	ご飯　150g 鰆のチーズ焼き(60) 新じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し
夕	A定食	ご飯　200g ﾁｷﾝのﾊﾟﾝ粉焼 付) パックソース 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	ご飯　200g アカウオの塩焼(80) 付) 大根おろし 付) パック醤油 切り昆布の煮付け ポン酢和え(ｷｭｳﾘ､ﾄﾏﾄ) 卵ｽｰﾌﾟ	ご飯　200g 鶏肉のマスタード焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ 果物（りんご） 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯　200g ｼﾙﾊﾞｰの磯辺焼き 炒り豆腐 海藻サラダ (ｷｭｳﾘ) 果物(オレンジ)D	梅しそご飯(200) 鯵の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ) 果物（りんご）	ご飯　200g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 果物(ﾒﾛﾝ)	親子丼(200) 酢の物 (ｷｭｳ･ﾜｶ)減塩 果物（りんご） 味噌汁(豆腐・ねぎ)
		3/23	3/24	3/25	3/26	3/27	3/28	3/29
朝	A定食	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ ハムのサラダ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ 鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ ポークビーンズ 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰｲﾁｺﾞ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ)D 牛乳
	B定食	ご飯　150g ほっけの塩焼き50 ｴﾉｷの中華風和え 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g 筑前煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g ｲﾜｼつみれの煮物(D) 涼拌三絲 果物(オレンジ)D ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g メバルの煮付け ふきと筍の煮物 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) 牛乳	ご飯　150g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　150g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　150g 鮭の塩焼き 50 大根とちくわの煮物 果物(オレンジ)D 牛乳
昼	A定食	ご飯　150g 牛焼肉 (D) 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 鰺の梅風味照焼き100 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ｼﾞｬｰｼﾞｬｰ麺(160) 焼売③ かぶのナムル	チキンライス(200) ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	ご飯　200g チンジャオロース 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ (Caｳﾒ)	ご飯　200g 鰺の南蛮漬け(焼･80) 茄子の生姜炒め 海藻サラダ (ﾄﾏﾄ)	ご飯　200g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え
	B定食	ご飯　150g メバルの味噌焼き 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 鶏肉のﾋﾟｸﾙｽｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　200g 鮭の香草焼き(60) 焼売③ かぶのナムル	ご飯　200g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ｶﾚｰ風味焼 ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	きつねうどん(200) めんつゆ(温) 付) 七味唐辛子 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯　200g 豚肉の照り焼き(50 茄子の生姜炒め 海藻サラダ (ﾄﾏﾄ)	ご飯　200g ﾀﾗの香草ﾊﾟﾝ粉焼 付) パックソース 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え
夕	A定食	ご飯　200g ホキの野菜あんかけ 金平ごぼう 果物(キウイ) 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)	ご飯　200g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 切干大根の生姜炒め 酢味噌和え(ﾜｶﾒ) 果物(オレンジ)D	ご飯　150g ビーフシチュー(D) 盛合せｻﾗﾀﾞ(ﾌﾞﾛ･ﾄﾏﾄH 果物（りんご）	ご飯　200g 蟹玉(P) 春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑｼﾄﾞﾘ) 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 赤魚の西京焼き 豚肉と大根の炒め物 ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ｷｭｳ･ﾌﾚﾝﾁ) 果物（りんご）	ご飯　200g コロッケD(焼 付) パックソース ｶｸﾃﾙｻﾗﾀﾞ(ﾋﾞｰﾝｽﾞ) 果物(キウイ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞ	ご飯　200g シルバーのﾚﾓﾝ焼き(60 大豆とひじきの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)
		3/30	3/31					
朝	A定食	ﾊﾟﾝ60g･ﾏｰﾋﾞｰﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ツナサラダ(ｽｲｰﾄｺｰﾝ) ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(ｻｳｻﾞﾝ)Pc 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ﾊﾟﾝ60g・ﾊﾞﾀｰ 南瓜のスープ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳					
	B定食	ご飯　150g 和風ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ 果物(ﾊﾞﾅﾅ0.5単位) ジョア (ﾌﾟﾚｰﾝ)	ご飯　150g 炒り卵 ゆかり和え (長芋) 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳					
昼	A定食	ご飯　150g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	ご飯　200g 松風焼き(D) 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ･ﾂﾅ)					
	B定食	ご飯　150g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	ご飯　200g ｱｶｳｵの酒蒸し 付) パック醤油 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ･ﾂﾅ) ふりかけ (Caｳﾒ)					
夕	A定食	ご飯　200g 麻婆豆腐 (D) ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) もやしナムル 果物（りんご）	ご飯　200g ﾎｷの野菜ｿｰｽ(80) 若竹煮 ごま和え(ｷｬﾍﾞﾂ) 果物(キウイ) 味噌汁(大根･ﾜｹｷﾞ1/2)					

＊　献立は都合により変更させていただくことがございます。