献　　立　　表

常食

								3/1
朝	A定食							ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳
朝	B定食							ご飯　220g 鶏肉の治部煮 なす酢味噌和え 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳
昼	A定食							焼きそば エビ焼売③ ごぼうサラダ
昼	B定食							ご飯　220g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売③ ごぼうサラダ
夕	A定食							ご飯　220g 豚カツ 付）パックソース ビーンズサラダ いり豆腐

		3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7	3/8
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｼｰﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾀﾝ 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 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	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･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90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｽｰﾌﾟ仕立て 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｳｲﾝﾅｰと野菜の炒め物 果物(ｷｳｲ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g 鰯の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 鶏つくね野菜煮 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 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　220g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 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　220g 五目あんかけ豆腐 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐の味噌煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳
昼	A定食	カレーライス（220g） 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯　220g 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　220g 鶏肉のトマト煮 鍋しぎ 春雨サラダ	ご飯　220g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g ｷﾅの香味ｿｰｽ(揚) 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどん 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)	ご飯　220g ｳﾛｺﾏﾀ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
昼	B定食	ご飯　220g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯　220g 豚肉と厚揚げの炒め物 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　220g 鰯の照り焼き 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 クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g 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　220g 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)	ご飯　220g 豚肉とくらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え
夕	A定食	ご飯　220g 肉豆腐 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾜｶﾒ・ﾊﾝﾍﾟﾝ)	行事食献立 お楽しみに！	ご飯　220g メバルの梅焼き 玉日豆 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花麩)	ご飯　220g 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) 杏仁豆腐 味噌汁(ﾅｽ・ｷｷﾞ)	ご飯　220g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ(マヨ) フルーツ盛(黄桃) 味噌汁(ﾐﾂﾊﾞ・豆麩)	ﾋﾟｰｽ御飯(220) 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) みたらし団子	ご飯　220g のし鶏 切干大根煮(薩摩揚げ) ﾏｶﾛﾆｺｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)春 清し汁(ｷｷﾞ･ｼﾗﾀﾏﾒ)

		3/9	3/10	3/11	3/12	3/13	3/14	3/15
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｳﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ポークビーンズ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 臭ごもり卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 果物(ｷｳｲ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 野菜ソテー 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 卵サラダ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のクリーム煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 厚揚とﾅﾝﾃﾞﾝ菜の煮物 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ご飯　220g 豆腐の卵とじ 果物(ｷｳｲ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 鯵の塩焼き ｻﾂﾏｲの和え物(ｷｾﾘ･ｶｲﾜﾚ) 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ご飯　220g 土佐納豆 大根の煮物 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 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　220g 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　220g 鰯の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　220g 豚肉の生姜炒め 菜の花ﾋﾞﾘ辛炒め サイコロサラダ	彩り野菜のｻｯﾊﾟﾘ麺 サラダうどんつゆ 煮豆(金時豆) エビ焼売③	ご飯　220g 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　220g ホキの味噌焼き 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝｼﾞﾝ)	ご飯　220g 八宝菜 焼売③ 彩りなます
昼	B定食	ご飯　220g 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　220g 鶏肉の磯辺揚げ 付）パック醤油 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)	ご飯　220g 鮭のムニエル 菜の花ﾋﾞﾘ辛炒め サイコロサラダ	ご飯　220g 鯖の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆(金時豆) エビ焼売③	ご飯　220g 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)	ﾅﾎﾞﾘﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨ 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝｼﾞﾝ)	卵とじきしめん 250 めんつゆ(卵とじ) 焼売③ 彩りなます
夕	A定食	筍ごはん 鮭の塩焼き(60) 付）大根おろし 付)パック醤油 ぜんまいの炒め煮 あんみつ	ご飯　220g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾟｰﾅｯﾂ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾅﾀﾈｺ･ｷｷﾞ)	ご飯　220g 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)	ご飯　220g ﾒﾊﾞﾙの和風ｿｰｽ(揚 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	ご飯　220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 菜の花の辛子和え 味噌汁(ﾐﾂﾊﾞ・豆腐)	ご飯　220g 酢豚 野菜の中華和え 胡麻団子(2個) 中華ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ・ねぎ)	牛丼（220） 小松菜の和え物 フルーツ盛(みかん) 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90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 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90g･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) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾐﾐｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ハム野菜ソテー 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ﾁｷﾝ 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g 鰯つみれの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 焼き豆腐の煮物 とろろ芋 付）パック醤油 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 五目野菜煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　220g 和風炒め(ﾑｷｴﾋﾞ) 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g がんもと野菜の煮物 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) 牛乳	ご飯　220g 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（220） 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉	カレーピラフ(220) 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾍﾞﾘｰ添え	ご飯　220g ブリの照り焼き(80) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	栗原はるみさん監修の チキンカレー（220g） ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	栗原はるみさん監修の ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄｿｰｽ コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻのｳﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ 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ｶﾙﾒ）	ご飯　220g 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
昼	B定食	ご飯　220g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉	ご飯　220g 黒ﾑﾂの香草ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾍﾞﾘｰ添え	ご飯　220g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	ご飯　220g 鮭のレモン焼き ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	ご飯　220g ｳﾛｺﾏﾀﾞﾛの揚げ浸し コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g 揚げ鶏のあんかけ 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ｶﾙﾒ）	ご飯　220g 鯖のチーズ焼き(80) 新じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し
夕	A定食	ご飯　220g チキンカツ 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　220g 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　220g 鶏肉のマスタード焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯　220g 天ぷら(竹の子) 天つゆ 炒り豆腐 海藻サラダ（ｷｭｳﾘ）	梅しそご飯 鯵の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ･ﾜｶﾒ) おはぎ	ご飯　220g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 ﾏｶｴﾋﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)春	親子丼 酢の物（ｷｭｳ･ﾜｶ） 手作りゼリー(ｸﾞﾚｰﾌﾟ) 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90g･ﾊﾞﾀｰ ハムのサラダ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･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	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ポークビーンズ 果物(ｷｳｲ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ) 牛乳
朝	B定食	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 ｴﾉｷの中華風和え 果物(ﾊﾞﾅﾅ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 筑前煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g ｲｶｼつみれの煮物 涼拌三絲 果物(ｵﾚﾝｼﾞ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g メバルの煮付け ふきと筍の煮物 果物(ﾊﾞﾅﾅ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　220g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 鮭の塩焼き 50 野菜とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g 牛焼肉 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　220g 鯵の梅風味照焼き 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(冷) 焼売③ かぶのナムル	チキンライス ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	ご飯　220g チンジャオロース 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ（Caｶﾙﾒ）	ご飯　220g 鯵の南蛮漬け(冷) 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g 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
昼	B定食	ご飯　220g 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　220g 豚肉のﾋﾟｶﾙｽｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　220g 鮭の香草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル	ご飯　220g 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(250) めんつゆ(温) 付）七味唐辛子 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯　220g 豚肉の照り焼 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g 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　220g ホキの磯辺揚げ 付)パック醤油 金平ごぼう 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾜｶﾒ･ﾀﾏﾈｷﾞ)	ご飯　220g 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) チョコプリン	ご飯　220g ビーフシチュー 盛合せｻﾗﾀﾞ(ﾌﾟﾛ･ﾄﾏﾄ) ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ	ご飯　220g 筑玉 春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑｼﾞﾄﾘ) 杏仁豆腐	ご飯　220g 赤魚の西京焼き 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(マヨ) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･生揚)	ご飯　220g コロッケ 付）パックソース ｶﾂﾗﾙｻﾗﾀﾞ(ﾋﾞｰﾝｽﾞ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ)	ご飯　220g ｳﾛｺﾏﾀﾞﾛの蒲田揚げ 付）レモン 大豆とひじきの煮物 あんみつ 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)

		3/30	3/31					
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･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(ﾏﾖﾀﾞﾚ)Pc 果物(ﾊﾞﾅﾅ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 南瓜のスープ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳					
朝	B定食	ご飯　220g 和風ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ 果物(ﾊﾞﾅﾅ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 炒り卵 ゆかり和え（長芋） 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳					
昼	A定食	ご飯　220g 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　220g 松風焼き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ･ﾂﾅ)					
昼	B定食	ご飯　220g 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　220g 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ｶﾙﾒ）					
夕	A定食	ご飯　220g 麻婆豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) もやしナムル 中華ｽｰﾌﾟ(卵)	ご飯　220g ホキの唐揚野菜ｿｰｽ 若竹煮 ごま和え(ｷｬﾍﾞﾂ) 味噌汁(大根･ﾜｶｹﾞ)					

＊　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。