

	日 1日	月 2日	火 3日	水 4日	木 5日	金 6日	土 7日
朝食	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 納豆 味付のり ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト
昼食	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物
夕食	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(野菜)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)
	日 8日	月 9日	火 10日	水 11日	木 12日	金 13日	土 14日
朝食	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト
昼食	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ
夕食	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)
	日 15日	月 16日	火 17日	水 18日	木 19日	金 20日	土 21日
朝食	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト
昼食	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物
夕食	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)
	日 22日	月 23日	火 24日	水 25日	木 26日	金 27日	土 28日
朝食	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 ミートオムレツ ウインナーソテー パンプキンサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 照焼きミートボール 海鮮しゅうまい 南瓜の旨煮 ふりかけ(おかか) ヨーグルト
昼食	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ	麻婆丼風 春巻 ワカメスープ 果物	ちゃんぽん ゆかりごはん 揚げぎょうざ リンゴケーキ
夕食	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ミックスフライ 千切りキャベツ ひじきの煮物 かきたま汁 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 ハンバーグ フライドポテト ツナサラダ 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)
	日 29日	月 30日	火	水	木	金	土
朝食	御飯 味噌汁 目玉焼き ミートボールトマト煮 ポテトサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト	御飯 味噌汁 かに玉 焼売 マカロニサラダ ふりかけ(おかか) ヨーグルト					
昼食	親子丼 棒々鶏 赤だし 果物	きつねうどん ゆかりごはん かきあげ リンゴケーキ					
夕食	御飯 鶏天 千切りキャベツ 五目金平 吸い物 ゼリー ふりかけ(さけ)	御飯 チキン南蛮 千切りキャベツ ジャーマンポテト コンソメスープ ゼリー ふりかけ(さけ)					