

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日 1日	土曜日 2日	日曜日 3日
昼食					中華丼	えび団子と白菜のスープ煮	芋と鶏肉の味噌クリームシチュー
夕食					サラダうどん	にら玉	つくね大葉ハンバーグ
					豚肉と大根の煮物	ホキのちゃんちゃん焼き風	白身魚のフライ
					かぼちゃコロッケ	さつま揚げとなめたけ和え	豚肉とこんにゃくの金平風
	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日
昼食	チンジャオロース	チキンかつ煮風	煮込みおでん	目玉焼きと焼きうどん	メンチカツ	鶏肉と厚揚げの塩麹炒め	マスの野菜あんかけ
夕食	三色いなりの煮物	蓮根とベーコンの塩きんぴら	ツナとなすのみそ炒め	肉団子と野菜の白だし煮	とうがんのかにあん	イカ入りチヂミ	五目巾着の煮物
	ちゃんぽん風炒め	白身魚と野菜の味噌煮	唐揚げの卸ポン酢がけ	豚肉の生姜焼き	牛肉と春菊の炒め物	かき揚げ	和風ガパオ
	揚げだし豆腐おろしあん	なすのそぼろあんかけ	野菜のトマト煮込	大根の和風カレー	赤魚の照焼	麻婆風坦々麺	春雨と小エビの炒め
	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日
昼食	カニクリームコロッケ	麻婆ナス	水餃子の甘酢あん	さつま芋の和風カレーそぼろ	ビビンバ風バーグ	豚となすの炒め物	豆腐ハンバーグ中華ソース
夕食	麩チャンプルー	アジの塩麹焼き	ほうれん草の和風パスタ	ロールキャベツ	マロニーの白湯煮	ビーンズミートソース	豚肉と小松菜の胡麻生姜炒め
	エビと厚揚げのチリソース	すき焼き	のっぺい汁風煮	えび串団子と玉子焼	ミートボールの洋風肉じゃが	たこカツ	牛肉のホイコーロ風
	イカ小判	シーフードシチュー	ホタテ風味北海柱フライ	ジャーマンパンプキン	花野菜のたまごパスタ	もやしとアスパラのソテー	水菜とカニカマのサラダ
	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日
昼食	エビしゅうまいのエビマヨ風	豚肉と野菜の黒酢炒め	揚げ出し豆腐のかにあん	肉団子のコーンクリーム煮	エビの中華炒め	アジフライのあんかけ	チャプチェ風焼肉
夕食	ズッキーニと豚の甘酢炒め	厚揚げのデミソース	あさりの柳川風	豚とフキの和風カレー炒め	ハムカツ	かぶとさつま揚げの煮物	刻み昆布の煮物
	鶏肉と豆のトマトハヤシ	麻婆豆腐	チーズチキンカツ	チキンのイタリアソースかけ	牛肉と根菜のゴマ味噌炒め	ミートオムレツと串団子	ホワイトシチューフライ
	ブロッコリーのペペロンチーノ	イカと小羊の煮物	高野しのだと野菜の煮物	マロニーの中華煮	白魚と豆腐のポン酢和え	根菜麻婆	肉豆腐
	25日	26日	27日	28日	29日	30日	31日
昼食	カレーコロッケ	キーマカレー	鱈の和風彩りあんかけ	豚キムチ	唐揚げの甘酢ソース	ウインナーの和風ポトフ	豚肉のわさび風味焼き
夕食	春雨と小エビの炒め	大根サラダ	ツナのキャベツ煮	千草焼き卵	大根と油揚げの煮物	チーズはんぺんフライ	海鮮焼きビーフン
	チキン南蛮	海老カツとキノコのパスタ	デミ煮込みハンバーグ	ロールキャベツの白味噌仕立て	白身フライ	豚肉と青梗菜のオイスター炒め	肉団子麻婆風炒め
	野菜の揚げ浸し	水餃子の中華あん	ほうれん草とベーコンのソテー	アジの塩焼き	鶏団子入り若竹煮	高野豆腐のたらこ煮	水菜と油揚げのおろし和え

※制限食については内容が変わることがあります
※ムース食、やわらか食については別献立になります