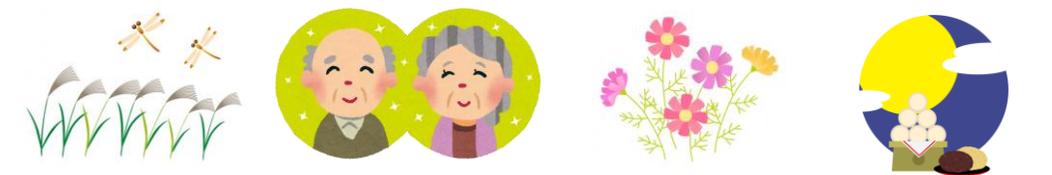


	日曜日	月曜日 1日	火曜日 2日	水曜日 3日	木曜日 4日	金曜日 5日	土曜日 6日
昼食		豆腐バーグなめたけソース	野菜コロッケ	海鮮炒め	豚肉と野菜のバターぼん酢炒め	牛肉とキノコのハヤシ煮	目玉焼きフライ
夕食		きのことツナのペンネ	ジンジャーチキン	肉シュウマイと胡麻和え	高野豆腐の含め煮	ウィンナーのマスタード炒め	中華風シーフード春雨
		がんと茄子の田舎煮	肉じゃが	アジのねぎ味噌焼きと野菜寄せ	油淋鶏風	エビフライのタルタルソース	おろしハンバーグ
		じゃが芋のキムチバター炒め	サウザンドオムレツ	温野菜のひき肉あんかけ	カレービーフン	茄子の回鍋肉風	五目豆野菜煮
	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日
昼食	鶏肉とじゃが芋の塩炒め	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	チンジャオロース	チキンかつ煮風	煮込みおでん
夕食	人参しりしり	サラダうどん	にら玉	つくね大葉ハンバーグ	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
	メンチカツ	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	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
	水菜と海藻のサラダ	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	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
	14日	15日	16日	17日	18日	19日	20日
昼食	目玉焼きと焼きうどん	メンチカツ	鶏肉と厚揚げの塩麩炒め	マスの野菜あんかけ	カニクリームコロッケ	麻婆ナス	水餃子の甘酢あん
夕食	肉団子と野菜の白だし煮	とうがんにかにあん	イカ入りチヂミ	五目巾着の煮物	麩チャンプルー	アジの塩麩焼き	ほうれん草の和風パスタ
	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	エビと厚揚げのチリソース	すき焼き	のっぺい汁風煮
	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	イカ小判	シーフードシチュー	ホタテ風味北海柱フライ
	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日
昼食	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	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
夕食	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	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
	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	鶏肉と豆のトマトハヤシ	麻婆豆腐	チーズチキンカツ
	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	ブロッコリーのペペロンチーノ	イカと小芋の煮物	高野しのだと野菜の煮物
	28日	29日	30日				
昼食	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				
夕食	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				
	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				
	マロニーの中華煮	白魚と豆腐のポン酢和え	根菜麻婆				

※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