

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
 和風豆腐ハンバーグ(おろしポン酢)、ミックスベジタブル、青のりフライドポテト、人参のたらこバター炒め、黄桃缶、ごはん	 チキンとほうれん草のカレー、じゃが芋のフリッター、かぼちゃサラダ、ごはん	 塩サバ、ひじきと小松菜の甘辛そぼろ、ウインナーフライ、おくらとえのきの胡麻和え、ごはん	 肉じゃがうま煮、ちくわの磯辺揚げ、マカロニサラダ、味噌豆、ごはん	 黒豆揚げ(栃木県佐野市グルメ)、彩り野菜のタルタル和え、さつまいものそぼろあんかけ、リンゴゼリー、ソフトフランス
8日	9日	10日	11日	12日
 味噌カツ、ゆずキャベツ、ひじきの煮物、ささみのスタミナソテー、ごはん	 ダックカルビ、チヂミ、いんげんのえび胡麻和え、パイン缶、ごはん	 タンドリーチキン、キャベツのマヨマスタード和え、キャラメルポテト、きのこのガーリックソテー、黒パン	 アジの唐揚げ、中華春雨サラダ、ふろふき大根、カレーマヨブロッコリー、ごはん	 豚肉のコロッケ(中濃ソース付き)、油揚げの和え物、五目玉子焼き、玉こんにゃく煮物、米粉ロールパン、イチゴジャム
15日	16日	17日	18日	19日
 チキンソテー(サルサソース)、いんげんとさつまいものサラダ、かぼちゃコロッケ、卵と小松菜のソテー、コッパパン	 さわらの唐揚げ、豚肉のカレー炒め、ブロッコリーの胡麻和え、さつま芋とりんごの甘煮、ごはん	 チャブチエ、春巻き、茎わかめといんげんのナムル、マンガゼリー、ごはん	 酢豚、中華風玉子焼き、杏仁豆腐、ごはん	 とり天(天丼だれ)、ごぼうサラダ、キャベツとひき肉の春雨炒め、かぼちゃの煮物、ごはん
22日	23日	24日	25日	26日
 ハンバーグ(デミグラスソース)、ブロッコリーのバター炒め、コンソメパスタ、大根とツナのポン酢和え、ピーチゼリー、ごはん	 肉豆腐、千草焼き、おくらとツナの胡麻和え、いももち(北海道郷土料理)、ごはん	 豚キムチ、チーズチヂミ、チンゲン菜のナムル、豆と小魚入り大学芋、ごはん	 白身フライ(タルタルソース)、さつま芋とツナの胡麻ドレッシングサラダ、人参しりしり(沖縄県郷土料理)、ひよこ豆のトマト煮、サンドパン	 コーンフレークチキンカツ(中濃ソース)、ツナマヨサラダ、麻婆春雨、グレープゼリー、ごはん
29日	30日			
 八宝菜、大しゅうまい、大学芋、ごはん	 ニラ豚、いもフライ、スパゲッティサラダ、アセロラゼリー、わかめごはん			