

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1
昼食						★お正月休み
午後						
午前	3	4 麦茶、おやさいせんべい	5 調整豆乳、五穀ビスケット	6 牛乳、小麦胚芽クラッカー	7 牛乳、ウエハース	8 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	★お正月休み	カレーライス、鶏ささみと野菜のたっぷり和え、フルーツミックス	ゆかり御飯(ごま)、すまし汁、松風焼き・豆腐いり、なます、りんご	御飯、コーンスープ(ねぎ・わかめ)、さけのちゃんちゃん焼き、粉ふき芋、パイン缶	★もちつき(黒ごま・こしあん・きなこ)、煮込みうどん、オレンジ	焼きそば、すまし汁(じゃが芋・えのき)、バナナ
午後		牛乳 180ml、チンパン	牛乳 180ml、あげパン	ジョア マスカット、ちんすこう(手作り)	牛乳 180ml、おにぎり(鶏・ひじき)	牛乳 180ml、おにぎり(さけ)
午前	10 麦茶、おやさいせんべい	11 牛乳、ココナッツサブレ	12 調整豆乳、小麦胚芽クラッカー	13 牛乳、ビスケット	14 牛乳、カルシウムせんべい	15 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	★お弁当(成人の日)	御飯、豆乳汁(野菜)、さけのサラダ焼き、きんぴらごぼう、もも缶	タコライス、はるさめスープ(五目)、バナナ	ハリハリにんじん御飯、鶏だんご鍋、ほうれんそうのお浸し、フルーツミックス	御飯、みそ汁(もやし・油揚げ)、さばの焼きおろし煮、かぼちゃのマリネ、りんご	てりやき野菜丼、豆腐スープ(わかめ)、オレンジ
午後	牛乳 180ml、お菓子	牛乳 180ml、スコーン(マーブル)	牛乳 180ml、ラスク	ジョア ストロベリー、ミニドッグ	牛乳 180ml、ヒラヤーチー(もずく)	牛乳 180ml、クラッカーサンド(ブルーベリー)
午前	17 麦茶、ビスケット	18 牛乳、小麦胚芽クラッカー	19 調整豆乳、カルシウムせんべい	20 牛乳、ココナッツサブレ	21 牛乳、ウエハース	22 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	三色そばろ丼(凍り豆腐)、豚肉と白菜のスープ、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	きのこ御飯(鶏)、みそ汁(キャベツ・あげ)、ししゃもの磯辺焼き、さつま芋の甘煮、りんご	御飯、野菜スープ(キャベツ・コーン)、鶏肉のマーマレード焼き、ポテトサラダ、バナナ	麦ごはん、みそ汁(だいこん)、白身魚のフライ(タルタル)、小松菜のしらす和え、フルーツミックス	御飯、豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ)、レバーの胡麻ソースからめ、白菜のサラダ(ツナ)、オレンジ	きのこカレーうどん、白和え(ほうれん草・にんじん)、りんご
午後	牛乳 180ml、大学かぼちゃ(ごま)	牛乳 180ml、お好み焼き	牛乳 180ml、ヨーグルトパン(レーズン)	きになる野菜 鉄、にんじんボンデケーキ	牛乳 180ml、鬼まんじゅう(ごま)	牛乳 180ml、焼きもちおにぎり
午前	24 麦茶、クラッカー	25 牛乳、ビスケット	26 調整豆乳、カルシウムせんべい	27 牛乳、小麦胚芽クラッカー	28 麦茶、ココナッツサブレ	29 調整豆乳、おやさいせんべい
昼食	御飯、五目汁(じゃがいも)、さばのかば焼き、キャベツのごま酢あえ、パイン缶	御飯、すまし汁(だいこん・鶏)、厚揚げのケチャップ煮、ゆでブロッコリー、みかん	野菜そば、ジュシー、バナナ	御飯、麩のすまし汁(えのき)、八宝菜、きゅうりのゆかりあえ、もも缶	★お弁当(お誕生会)	ゆし豆腐汁、みそ炒め丼、オレンジ
午後	牛乳 180ml、黒糖蒸しパン	牛乳 180ml、野菜もち(かぼちゃ)	牛乳 180ml、焼き芋	ジョア マスカット、かぼちゃポーロ	牛乳 180ml、誕生日ケーキ	牛乳 180ml、いちごジャムサンド
午前	31 麦茶、おやさいせんべい					
昼食	麦ごはん、煮浸し風巻(キャベツ)、鶏のレモン焼き、ひじきのツナ酢あえ、みかん缶					
午後	牛乳 180ml、いももちドーナツ					