

日	月	火	水	木	金	土
					1 ソーキ汁セット 野菜サラダ 炊き込みご飯 塩さば	2 テレビ煮付 ポテトサラダ きゅうりとチクワの和物 アーサ汁 白米
3	4 豚肉の梅あんかけ 麩イリチャー 白菜の漬物 軟骨ソーキ汁 白米	5 なすそぼろ チキン唐揚 冷奴 豚汁 白米	6 魚の甘酢あんかけ 豆腐チャンプルー もずくの酢物 味噌汁 黒米	7 レバナラ炒め しゃけのバター焼き ヨーグルト 魚汁 白米	8 チキン煮付 タマゴ野菜サラダ 酢物 ゆしどうふ 白米	9 冬瓜そぼろ トマトのカップサラダ 大根ソテー ソーメンのスープ 白米
10	11 建国記念日 マーボ豆腐 もやし炒め ホタテのバター焼き 小松菜とベーコンのみそ汁 白米	12 八宝菜 塩さば 冷奴 豚汁 芋御飯	13 チキン煮付 ポテトサラダ もずくの酢物 五目スープ 白米	14 魚のアーサあんかけ クープイリチャー きゅうりの和物 軟骨ソーキ汁 黒米	15 マーボ豆腐 ポテトフライ きんぴらごぼう アサリ汁 白米	16 豚肉生姜焼 ポテトサラダ 春雨の和物 中味汁 白米
17	18 カツ丼 ピーマンの肉詰 酢の物 白菜と豆腐のみそ汁 白米	19 魚煮付 野菜サラダ ベッタラ漬 味噌汁 黒米	20 沖縄そば 野菜サラダ カワサギの唐揚 フーチバージュシー	21 酢豚 ミニハンバーグ チキアゲときゅうりの和え物 コーンスープ 白米	22 白身魚フライ 野菜炒め 漬け物 味噌汁 白米	23 肉じゃが マカロニサラダ どら焼き 魚汁 黒米
24	25 豆腐チャンプルー しゃけのバター焼き くずもち 大根のみそ汁 白米	26 オムライス トマトカップサラダ もやしの中華イカ合物 カボチャスープ 白米	27 チキンワインの煮込み もやし炒め カニ棒の玉子巻 ポトフ 白米	28 海老天ぷらうどん 野菜タマゴサラダ 酢の物 炊き込みご飯		