

日	月	火	水	木	金	土
					1 豚肉の生姜焼き ポテトサラダ きゅうりと春雨の和物 とろろ昆布吸物 白米	2 大根の筑前煮 野菜タマゴサラダ ポテトフライ 軟骨ソーキ汁 黒米
3	4 さばのラビットソースかけ 野菜サラダ くずもち きのこおろし入りスープ 白米	5 魚煮付 ポテトサラダ 酢物 栗御飯	6 白身魚フライ 野菜サラダ もやしの和物 アサリスープ 白米	7 スパゲティ カボチャサラダ 漬け物 パン コーンスープ	8 八宝菜 チキン唐揚 ワカサギの唐物 味噌汁 白米	9 カツカレー 野菜サラダ ベッタラ漬け ソーメン汁 白米
10	11 酢豚 シャケのバター焼 酢物 ゆし豆腐 白米	12 じゃがバター 三色巻 春雨の和物 もずくスープ 黒米	13 豆腐ハンバーグ トマトカップサラダ ホタテバター焼 大根の味噌汁 白米	14 魚のアーサあんかけ フーイリチャー 厚揚げ玉子 白菜とベーコンの味噌汁 白米	15 沖縄そばセット	16 ビーフストロガノフ ポテトサラダ 合物 カボチャスープ 白米
17	18 トンカツ 大根ソテー ちんびん ソーメンの味噌汁 白米	19 テビチ煮付 野菜サラダ ベッタラ漬け ワカメのかき玉スー プ白米	20 肉じゃが 野菜サラダ 漬け物 もずくスープ 白米	21 オムライスセット	22 チキンマリネ トーフチャンプルー 酢物 味噌汁 黒米	23 なす味噌 ポテトサラダ 塩さば けんちん汁 白米
24	25 筑前煮 野菜サラダ ワカサギ揚 魚汁 うずら豆御飯	26 ミートローフ 麩イリチャー もやしの和物 大根と豚肉の味噌汁 白米	27 チキン生姜焼 ポテトサラダ 厚揚げタマゴ 豚汁 イモ御飯	28 さんまバター焼 野菜サラダ 三色巻 大根の味噌汁 白米	29 白身魚フライ 大根ソテー 天ぷら 五目スープ 白米	30 豚肉とごぼうの煮込 野菜サラダ もやしときゅうりの合物 ゆし豆腐 白米
31						