

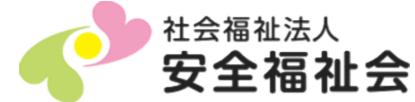
1 2 3 4 5 6 木 金 土 日 月 火 カルシウムご飯 カルシウムご飯 カルシウムご飯 大 <td< th=""><th>7 水 カルシウムご飯 味噌汁 か 人参金平 牛乳 ゆずみそ サンドイッチ トマトとオクラのスープ</th></td<>	7 水 カルシウムご飯 味噌汁 か 人参金平 牛乳 ゆずみそ サンドイッチ トマトとオクラのスープ
カルシウムご飯 カルシウムご飯 カルシウムご飯 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 は噌汁 は噌汁 は水噌汁 は水噌汁 は水噌汁 は水噌汁 は水噌汁 は水噌汁	カルシウムご飯 味噌汁 め 人参金平 牛乳 ゆずみそ
味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 味噌汁 高野豆腐煮 牛乳 青かっぱ 牛乳 梅びしお 牛乳 Feふりかけ 牛乳 しば漬け ウリ佃煮 サ乳 野沢菜漬け ご飯 牛肉の炒め煮 ご飯 株のナーズ焼き 大津飯 わかめスープ ご飯 乳のさっぱり煮 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	味噌汁 の 人参金平 牛乳 ゆずみそ サンドイッチ
朝食 高野豆腐煮 牛乳 牛乳 青かっぱ 三つ葉の卵とじ 牛乳 牛乳 牛乳 ドeふりかけ 干ぴょう煮 牛乳 牛乳 しば漬け きのこのしぐれ煮 ショア のり佃煮 魚肉ソーセージ炒め 牛乳 野沢菜漬け ご飯 牛肉の炒め煮 ご飯 特のチーズ焼き 天津飯 わかめスープ ご飯 乳のさっぱり煮 サンマのゴマみそ煮 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	か 人参金平 牛乳 ゆずみそ サンドイッチ
************************************	牛乳 ゆずみそ サンドイッチ
食 青かっぱ 牛乳 梅びしお 牛乳 Feふりかけ 牛乳 しば漬け ヴョア のり佃煮 牛乳 野沢菜漬け ご飯 牛肉の炒め煮 ご飯 キ肉の炒め煮 天津飯 わかめスープ ご飯 りかめスープ ご飯 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	ゆずみそ サンドイッチ
ご飯 天津飯 ご飯 世内の炒め煮 株のチーズ焼き おかめスープ 鶏のさっぱり煮 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	サンドイッチ
牛肉の炒め煮 鰆のチーズ焼き わかめスープ 鶏のさっぱり煮 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	
牛肉の炒め煮 鰆のチーズ焼き わかめスープ 鶏のさっぱり煮 サンマのゴマみそ煮 塩ラーメン	
	トマトとオクラのスープ
	厚揚げとアスパラのサラダ
*** アスパラのバター醬油炒め 小松菜の煮浸し デザートムース(ピーチ) キャベツのじゃこ炒め さつま芋の金平 みかん缶	メンチカツ
みかん缶 バナナ オレンジ キウイ	カルピスゼリー
3	蒸しパン
ひじきご飯 ご飯 ご飯	ご飯
鶏の柚子こしょう焼き 南瓜コロッケ 赤魚の生姜煮 ポークビーンズ 豆腐のそぼろあんかけ 鶏肉の和風ソテー	焼肉炒め
タ もやしのゆかり和え 豆腐サラダ セロリのツナマヨ和え たらこスパサラダ ブロッコリーのピーナッツ和え ほうれん草サラダ	きゅうりのきのこ和え
全型 全のこソテー 大根のべっこう煮 山菜煮 なすのベーコン炒め がんもの含め煮	南瓜のいとこ煮
キウイ 白桃缶 梨 パイン缶 西洋なし缶 バナナ	りんご



- ※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
- ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。







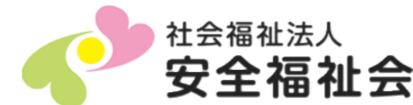
	8	9	10【昼食選択日】	11	12	13	14
	木	金	±	目	月	火	水
朝食	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	麦ご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	人参金平	キャベツの昆布和え	はんぺん煮	厚揚げの生姜炒め	絹さやの炒め煮	もやしの塩炒め	ビーフンソテー
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳
	たくあん漬け	はんぺん煮	桜漬け	しば漬け	のり佃煮	Feふりかけ	青かっぱ
昼食	ご飯	栗ご飯	①カツ丼	ご飯	ご飯	きのこの炊き込みご飯	ご飯
	スペイン風オムレツ	鯖の塩焼き	②穴子丼	エビのオイスターソース炒め	カレイの甘酢あんかけ	豆腐ハンバーグ	蒸し鶏
	もやしの梅和え	青梗菜の菊花和え	味噌汁	きゅうりナムル	じゃが芋のマヨネーズ和え	小松菜のわさび和え	ピーマンの中華和え
	長いもの白煮	なす煮	ひじきの酢の物	あげ天煮	ぜんまい煮	アスパラの甘辛炒め	五目金平
	キウイ	黒ゴマプリン	パイン缶	西洋なし缶	白桃缶	りんご	バナナ
3 時	スイートポテト	カステラ	月見団子		マドレーヌ	南瓜の浮き島	ミルクもち
時			7170121		, 1 2 2 1	Піласоті С щ	
	八宝菜	鶏団子と野菜の煮つけ	ぶり大根	カリフラワーのミモザサラダ	単ごもり卵	鮭のちゃんちゃん焼き	 肉じゃが
タ			白菜のゴマ和え			トマトサラダ	めかぶ和え
食						セロリソテー	ニラ玉炒め
		オレンジ	バナナ			みかん 缶	黄桃缶



- ※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
- ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。







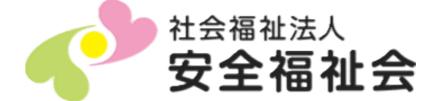
	15	16	17	18	19	20【昼食選択日】	21
	木	金	±	日	月	火	水
朝	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	麦ご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	金時豆の甘煮	里芋の中華風煮	野菜のカレー炒め	五目大豆煮	舞茸ソテー	スクランブルエッグ	ピーマンの醤油炒め
朝食	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳
	ゆずみそ	Caふりかけ	たいみそ	たくあん漬け	野沢菜漬け	Caふりかけ	桜漬け
	パン	ご飯	オムライス	ご飯	赤飯	ご飯	わかめご飯
	クリームスパゲティ	太刀魚の南部焼き	コーンスープ	厚揚げと豚肉の味噌炒め	天ぷら	①牛肉のしぐれ煮	月見うどん
	コンソメス一プ	枝豆サラダ	海藻サラダ	絹さやのおかか和え	卵焼き、青梗菜お浸し	②めばるの梅煮	里芋のずんだ和え
食	グリーンサラダ	はんぺん煮	フルーツゼリー	冬瓜煮	炊き合わせ、なます	白菜の大葉和え	西洋なし缶
	パイン缶	梨		バナナ	吸い物	ブロッコリーとホタテ炒め	
					巨峰、梨	白桃缶	
3 時	プリン	たい焼き	りんごケーキ		練り切り	フルーツゼリー	クレープ
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	豚の生姜炒め	ミックスフライ	鱈の卸あんかけ	鶏の照り焼き	豆腐チャンプルー	つくねのきのこあんかけ	豚肉の塩だれ炒め
タ	いんげんの蒸しとろろ和え	もやしのゴマ酢和え	ほうれん草のピーナッツ和え	かぼちゃサラダ	きゅうりとささみの中華和え	トマトの昆布和え	人参ナムル
食	切干大根煮	キャベツのコンソメ煮	エリンギと銀杏のソテー	山菜金平	ひじきの炒り煮	アスパラソテー	はんぺんのタラコ焼き
	オレンジ	西洋なし缶	キウイ	みかん缶	パイン缶	りんご	オレンジ



- ※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
- ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。







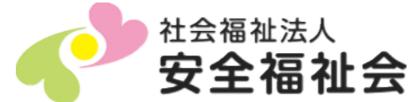
	22	23	24	25	26	27	28
	木	金	±	日	月	火	水
朝食	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯	麦ご飯	カルシウムご飯	カルシウムご飯
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	あげ天の野菜あんかけ	さつま芋のレモン煮	煮奴	セロリの金平	アスパラとコーンの炒め物	南瓜の煮物	麩の卵とじ
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ジョア	牛乳	牛乳
	梅びしお	しば漬け	ゆずみそ	のり佃煮	たくあん漬け	青かっぱ	たいみそ
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	シーフードカレー	ご飯	ご飯
	ホキの南蛮漬け	鶏の幽庵焼き	肉団子と春雨の煮つけ	エビと豆腐の中華煮	ハムサラダ	鮭の山椒焼き	鶏肉のバジル焼き
昼	オクラの辛子和え	絹さやのゆかり和え	キャベツの生姜和え	もやしとトマトのゴマ和え	ゆで卵	ほうれん草と大豆の磯和え	さつま芋ポタージュ
食	うずら豆の甘煮	がんもの含め煮	なすソテー	玉ねぎの卵炒め	白桃ヨーグルト	ごぼうの炒り煮	マカロニサラダ
	キウイ	おはぎ	りんご	みかん 缶	福神漬け	りんご	デザートムース(バナナ)
3 時	エクレア	フルーチェ	揚げパン		お好み焼き	ホットケーキ	やわらかおかき
	レタスチャーハン	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	なすの肉みそ丼	ご飯
	スープ餃子	ツナオムレツ	赤魚のさらさ蒸し	鶏のマスタード焼き	牛肉コロッケ	けんちん汁	牛肉の甘辛炒め
タ	もやしの黒ゴマ和え	いんげんのナッツサラダ	長いも短冊	レタスとわかめの酢の物	白菜のツナ和え	そうめんのなめたけ和え	カリフラワーのマリネ
食	杏仁豆腐	小松菜のソテー	大根のべっこう煮	しいたけ煮	ピーマンのしぐれ煮	西洋なし缶	高野豆腐煮
		パイン缶	黄桃缶	バナナ	キウイ		オレンジ



- ※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
- ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。







		7)	 		
	29【誕生会】	30			
	木	金			
	カルシウムご飯	カルシウムご飯			
朝食	味噌汁	味噌汁			
	じゃが芋のオイスターソース炒め	白花豆の甘煮			
	牛乳	牛乳			
	野沢菜漬け	Caふりかけ			
	うなぎちらし寿司	ゆかりご飯			
	茶碗蒸し	焼きそば			
昼	冬瓜のもずく和え	いんげんのクルミ和え			
昼食	筑前煮	ぶどうゼリー			
	キウイ、チェリー				
3 時	ワッフル	白玉ぜんざい			
	ご飯	ご飯			
	豚肉ときのこのポン酢炒め	メルルーサのタルタルソースかけ			
	青梗菜のわさび和え	きゅうりもみ			
	厚揚げ煮	じゃが芋のスープ煮			
	バナナ	白桃缶			



- ※ デイサービスには昼食にプラス一品(汁物や小鉢)がつきます。
- ※ 献立は変更になる場合がございます。ご了承ください。