

B	月	火	水	木 2	金 🏖	±
			1	2	3	4
			麦ご飯 ぶりのみりん焼き さつま揚げと青菜 の煮物 フルーツ(パイン) 味噌汁	ご飯 八宝菜 春雨サラダ フルーツカクテル 中華スーブ	巻物 - いなり寿司 いわしの野菜煮 茶碗蒸し フルーツ(マン ゴー) 瀬汁	ご飯 たら粕漬け焼き なすの肉味噌かけ フルーツ(オレンジ) お吸い物
5	6	7	8	9	10	11
ご飯 かつとじ えびとブロッコリー の和え物 フルーツ(パイン) 味噌汁	麦ご飯 あじの和風ムニエ ル ごぼうの炒り煮 フルーツミックス お吸い物	ご飯 鶏肉の磯辺揚げ 青梗菜炒め ゆずムース 味噌汁	ご飯 めぬけの葱塩焼き 刻み昆布の炒り煮 フルーツ(黄桃) 味噌汁	ご飯 きのこあんかけ豆 腐ハンバーグ れんこん金平 フルーツ[マン ゴー] 味噌汁	肉汁うどん 根菜の筑前煮 いちごゼリー	ご飯 チキンのカレーグリ ル えびとチンゲン菜 炒め フルーツ (キウイ) 味噌汁
12	13	14	15	16	17	18
ご飯 マトウダイの照り焼き き ほうれん草のごま よごし フルーツ[オレンジ] 味噌汁	ご飯 牛肉の柚子醤油炒 め 竹輪としろなの煮浸 しフルーツ(黄桃) 味噌汁	チキンカレー 福神漬け マカロニサラダ いちごムース コンソメスープ	ご飯 揚げ出し豆腐の野 菜あんかけ さつまいものレモン 煮 フルーツミックス 味噌汁	ご飯 白身魚のフライ 金平ごぼう フルーツ(マン ゴー) 味噌汁	ミートソーススパ ゲッティ マカロ二彩りサラダ 桃ムース コンソメスープ	ご飯 金目鯛の煮付け れんこん金平 フルーツ(オレンジ) 粕汁風
19	20	21	22	23	24	25
ご飯 鶏肉のクリームソー ス煮 ミモザサラダ フルーツ[りんご] コンソメスープ	ご飯 鶏肉のごま醤油焼き かほちゃの白煮 カルーツミックス カ吸い物	麦ご飯 銀だらの照り焼き 根菜の筑前煮 フルーツ(黄桃) 味噌汁	ご飯 麻婆野菜 しゅうまい 杏仁豆腐 中華スープ	ご飯 たらの香味蒸し 里芋の煮物 フルーツ(マン ゴー) 味噌汁	塩ラーメン 小松菜のナムル いちごムース	ご飯 赤魚のネギ塩焼き じゃがいものそぼろ 炒め煮 フルーツ[りんご] 味噌汁
26	27	28	The same of the sa			منوف
炒飯 えびと厚揚げの塩 炒め フルーツ(オレンジ) 白湯スープ	麦ご飯 シーフードカレー 福神漬け マカロニサラダ フルーツヨーグルト コンソメスープ	ご飯 鶏肉のクリーム煮 ジャーマンボテト フルーツ[マン ゴー] コンソメスープ			16 N	