

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日						1→夕18:30~	2
朝食	日曜7:50 平日7:15					鮭塩焼き	チーズトースト
昼食	日曜11:50 平日13:00					肉味噌ベーコンエッグ丼	ハヤシライス
夕食	日曜・平日とも18:50 (特別食は18:20)					豚生姜焼き 焼き豆腐すき煮 かぼちゃそぼろあん	牛ブルコギ 小松菜クリーム ポテトグラタン
日	3	4	5	6	7	8 →昼食11:50	9
朝食	ハムエッグとサラダ	チクワ磯部揚げと生卵	サワラ黄身焼き	ソフトサラミとサラダ	生卵と生姜天	ゴボウ天とインゲンゴマ	茹で卵とウインナー
昼食	オムライスと野菜スープ	牛井と春雨スープ	他人井と味噌汁	三色そぼろ丼とスープ	チキン南蛮とかきあげそば	スパゲッティマトソース	ビーフカレー
夕食	えび天うどん おでん ワラビ餅	じゃが芋ホクホクコロッケ 揚げ根菜あんかけ シューマイから揚げ	チーズハンバーグ 湯豆腐 ジャーマンポテト	えび天チリソース 水ギョーザ カニ豆腐	キャベツ巻トンカツ 肉じゃが 焼きビーフン	キャベツメンチカツ じゃが鶏チクワ煮 きんぴらゴボウ	ハッシュドビーフ 青梗菜クリーム煮 麻婆豆腐
日	10	11	12	13 →夕食18:50	14	15	16
朝食	クリームシーシチュウ	塩サバおろしポン酢	蒲鉾と生卵	ベーコンエッグときゃべつ	チーズ入り薩摩揚げ	サワラ幽庵焼き	目玉焼き
昼食	おにぎりと五目うどん	いなり寿司と昆布そば	海老フライカレー	親子丼とにゅうめん	豚ガーリック照り焼きご飯	ラーメン	ソースかつ丼
夕食	とんこつラーメン 蒸しシューマイ 杏仁豆腐	海老卵チーズコロッケ サワラカレー焼き 南瓜南蛮煮	ロースとんかつ 秋野菜の天ぷら サツマイモミルク煮	牛肉のすき煮風 厚揚げピリ辛焼き ナスのラザニア	和風ハンバーグ 糸コン明太子 白菜豚味噌煮	【特別食】 サイコロステーキ	ロールキャベツ 牛肉玉ねぎケチャップ えびドリア
日	17	18	19 ★フリー納豆	20	21	22	23
朝食	サンドイッチ	チキンから揚げ	ウインナー風天と生卵	ハムステーキとサラダ	鮭黄味焼	高菜卵焼き	ミートボウルと野菜スープ
昼食	海老天井と味噌汁	甘辛豚バラ丼とそば	天津飯とワンタンスープ	牛スジカレー	ベーコンとナスのスパ	チャンポンと洋風炊込飯	ミニカツ丼と汁
夕食	カツカレー ハムサラダ じゃが芋のクリーム煮	鮭ときのこのホイル焼 鶏のガーリックバター焼 じゃがこっくり煮	串かつとキャベツ うま塩ネギ豆腐 小芋としめじクリーム煮	海老しんじょフライ サーモンお刺身 小松菜ベーコン	ビーフストロガノフ からあげ 大根と豚オイスター煮	サツマイモ入りハンバーグ 白菜とベーコン煮 揚げ出し豆腐	酢豚 中華えび天ぷら 八宝菜
	24	25	26	27	28	29	30
朝食	ホットドッグ	明太子入り薩摩揚げと生卵	キス卵ピカタ	カリカリベーコンと炒り卵	サゴシカレー焼	オクラ納豆と生卵	小えびのオムレツ
昼食	焼きめしとレタススープ	ミートスパゲティ	からあげ卵とじ丼と汁	鶏と野菜の南蛮おろし丼	バラ寿司と汁そば	ルーロー飯	揚げ野菜カレー
夕食	肉うどん チキン南蛮 わらび餅あずき	豚のジンジャー焼き サンマ塩焼 白菜としめじの煮もの	海老フライ イカお刺身 じゃがベーコン煮	煮込みハンバーグ サツマイモ揚げ煮 豆腐グラタン	【特別食】 寄せ小鍋	ミラノ風ひれかつ 筑前煮 きのこグラタン	ピーマンの肉詰め 牛肉ときのこ炒め 卵豆腐
	31						
朝食	ささみピカタ						
昼食	牛とん焼肉丼						
夕食	醤油ラーメン イカとキヌサヤフリッター フルーツゼリー						