

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日				1	2	3	4
朝食				鮭黄身焼き	ハムエッグ	生卵と生姜天	チーズとウインナー
昼食				三色そばろ井とスープ	豚こまご飯とかきあげそば	スパゲッティマトソース	ビーフカレー
夕食				えび天チリソース 焼ギョーザ カニ豆腐	キャベツ巻トンカツ 肉じゃが 焼きビーフン	ナスの挽肉はさみ揚げ 豆腐チゲ 南瓜そばろ煮	ハッシュドビーフ 青梗菜クリーム煮 麻婆豆腐
日	5	6	7	8	9	10	11
朝食	サンドイッチ	ウインナーフライと納豆	ベーコンエッグ	蒲鉾磯辺と生卵	チーズオムレツ	サゴシ幽庵焼き	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	親子井とにゅうめん	豚ガーリック照り焼きご飯	ラーメン	ソースかつ井
夕食	とんこつラーメン 蒸しシューマイ 牛乳ゼリーパフェ	海老卵チーズコロッケ サワラカレー焼き 南瓜南蛮煮	ヒレとんかつ 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 肉豆腐 白菜豚味噌煮	ハッシュドビーフ ロールキャベツ じゃがウインナー炒め	キャベツメンチカツ かぼちゃそばろ煮 きんぴらゴボウ
日	12	13	14	15	16	17	18
朝食	フライドチキン	ウインナー風天と生卵	鶏むねチキンスティック	サバ塩焼き	ハムエッグ	ささみピカタ	ハムエッグ
昼食	海老天井と味噌汁	甘辛豚バラ井とそば	かつ井と野菜スープ	ハイシライス	ベーコンとナスのスパ	チャンポンと洋風炊込飯	かき揚げ天井とにゅうめん
夕食	鮭ときのこのホイル焼 ローストチキン じゃがこっくり煮	豚ひれ中華天ぷら チキン南蛮 大根と豚オイスター煮	串かつとキャベツ ナスミートグラタン 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	カツカレー ハムサラダ じゃが芋のミルク煮	サツマイモ入りハンバーグ 白菜と鶏春雨煮 スパサラダ	酢豚 中華えび天ぷら 八宝菜
	19	20	21	22	23	24	25
朝食	ホットドッグ	蒲鉾磯辺揚げと生卵	ベーコンエッグ	チキンからあげ	スパイシーチキン	納豆とさつま揚げ	チーズオムレツ
昼食	焼きめしとレタススープ	ミートスパゲティ	からあげ卵とじ井とスープ	鶏と野菜の南蛮おろし井	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 おでん シューマイ	豚のジンジャー焼き 湯豆腐 白菜としめじの煮もの	海老フライ・からあげ 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 豆腐ラザニア	ミラノ風ひれかつ 筑前煮 厚揚げ豚オイスター	【特別食】 サイコロステーキ	ピーマンの肉詰め 牛肉ときのこ炒め 卵豆腐
	26	27	28	29	30	31	
朝食	鶏むねチーズピカタ	甘辛チキンと生卵	目玉焼き	鮭塩焼き	ソフトサラミとサラダ	ソフトサラミとサラダ	
昼食	牛とん焼肉井	他人井と味噌汁	チキンカレー	スパゲティペペロンチーノ	焼き鳥井	バラ寿司と汁そば	
夕食	醤油ラーメン イカとキヌサヤフリッター コーヒゼリー	カレーハンバーグ 青菜と蒲鉾のからし和え 焼き豆腐じぶ煮	トンテキ トマトスパ じゃがこっくり煮	【特別食】 キムチ鍋	ヒレチーズピカタ 肉きのこ豆腐 コンニャク小芋田楽	豚生姜焼き ソーセージチャンプル オリエンタルポテト	

※仕入材料の都合で若干内容を予告なしに変更することがあります。ご了承ください。