

日付	曜日	朝	昼	夕
1日	火	ごはん・味噌汁・サバ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・切干大根煮・ふりかけ	B)豚焼肉丼 カレーライス・うどん	ご飯・味噌汁・チキンステーキ(おろしポン酢) きんぴられんこん・きゅうりとささみの塩昆布和え・野菜
2日	水	ごはん・味噌汁・照り焼きチキン・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ブロッコリーとツナのマヨ和え・ふりかけ	B)照りマヨ丼 カレーライス・うどん	ご飯・スープ・白身魚の唐揚げ油淋鶏ソース ブロッコリー炒め・スンドゥブ風煮・野菜
3日	木	パン・スープ・レアオムレツ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ミートボール・生フルーツ・ジャム ジュース	B)豚骨醤油ラーメン(ライスセット) カレーライス	ご飯・スープ・タンドリーチキン きのこベーコンのクリームスパ・切干大根煮・野菜
4日	金	ごはん・味噌汁・サケ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・インゲンとツナの和え物・納豆	B)ピピンパ丼 カレーライス・うどん	特食
5日	土	パン・スープ・豆腐ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) マカロニサラダ・生フルーツ ジュース	B)麻婆丼 カレーライス・うどん	
6日	日			
7日	月	パン・スープ・ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ポテトサラダ・生フルーツ ジュース	A)牛肉のしぐれ炒め ワン)鶏の黄金マヨ カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・スープ・鶏肉のチリソース もやしと人参の中華あえ・じゃがいもの明太マヨ和え・野菜
8日	火	ごはん・味噌汁・サバ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・切干大根煮・ふりかけ	A)塩麴唐揚げ ワン)オムライス カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・豚肉の甘味噌炒め ほうれん草のピーナツ和え・コロッケ・野菜
9日	水	ごはん・味噌汁・照り焼きチキン・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ブロッコリーとツナのマヨ和え・ふりかけ	A)豚肉の塩だれ炒め B)天ぷらそば カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・スープ・鮭の干根ペッパー焼き パンバンジー・切干大根煮・野菜
10日	木	パン・スープ・レアオムレツ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ミートボール・生フルーツ・ジャム ジュース	A)ドライカレー B)鶏塩ラーメン(ライスセット) カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・鶏肉のバジルソテー ケチャップスパ・ポテトサラダ・野菜
11日	金	ごはん・味噌汁・サケ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・インゲンとツナの和え物・納豆	A)ケチャップハンバーグ B)他人丼 カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・スープ・ミックスフライ・手作りタルタルソース ベーコンスパソテー・きゅうりとささみの梅しそサラダ・野菜
12日	土	パン・スープ・豆腐ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) マカロニサラダ・生フルーツ ジュース	B)牛丼 カレーライス・うどん	
13日	日			
14日	月	スポーツの日		
15日	火	ごはん・味噌汁・サバ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・切干大根煮・ふりかけ	A)醤油ラーメン(半チャーハンセット) B)豚キムチ丼 カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・スープ・揚げ鶏のネギソースかけ パンバンジー・大根の煮物・野菜
16日	水	ごはん・味噌汁・照り焼きチキン・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ブロッコリーとツナのマヨ和え・ふりかけ	A)和風おろしハンバーグ B)三色丼 カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・洋風から揚げ ミートスパ・もやしの中華あえ・野菜
17日	木	パン・スープ・レアオムレツ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ミートボール・生フルーツ・ジャム ジュース	B)親子丼 カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・豚肉のキムチ炒め ひじき煮・かぼちゃコロッケ・野菜
18日	金	ごはん・味噌汁・サケ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・インゲンとツナの和え物・納豆	A)豚肉の生姜焼き B)肉うどん カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・鮭のマヨチーズ焼き ほうれん草の胡麻あえ・メンチカツ・野菜
19日	土	パン・スープ・豆腐ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) マカロニサラダ・生フルーツ ジュース	B)鶏マヨ丼 カレーライス・うどん	
20日	日			
21日	月	パン・スープ・ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ポテトサラダ・生フルーツ ジュース	A)デミグラスハンバーグ B)炭火焼き鳥丼 カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・肉じゃが ブロッコリーとベーコンのソテー・ミニハンバーグ・野菜
22日	火	ごはん・味噌汁・サバ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・切干大根煮・ふりかけ	A)和風おろしとんかつ B)ハヤシライス カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・スープ・デミグラスハンバーグ 野菜とハムのあえもの・ケチャップスパ・野菜
23日	水	ごはん・味噌汁・照り焼きチキン・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ブロッコリーとツナのマヨ和え・ふりかけ	A)チキン南蛮 B)タコライス カレーライス・うどん・手作りおかずパン	カツカレーライス・マカロニサラダ 野菜・カップゼリー
24日	木	パン・スープ・レアオムレツ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ミートボール・生フルーツ・ジャム ジュース	A)塩だれ唐揚げ B)オムハヤシ カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・豚肉の生姜焼き 大葉アジフライ・ひじき煮・野菜
25日	金	ごはん・味噌汁・サケ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・インゲンとツナの和え物・納豆	A)照焼きチキン B)天津飯 カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・白身魚の唐揚げチリソース 高野豆腐の卵とじ・マカロニサラダ・野菜
26日	土	パン・スープ・豆腐ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) マカロニサラダ・生フルーツ ジュース	B)豚焼肉丼 カレーライス・うどん	
27日	日			
28日	月	パン・スープ・ハンバーグ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ポテトサラダ・生フルーツ ジュース	A)回鍋肉 B)鶏塩丼 カレーライス・うどん・手作りおかずパン	わかめご飯・味噌汁・鮭のちゃんちゃん焼き 大根の煮物・かぼちゃコロッケ・野菜
29日	火	ごはん・味噌汁・サバ塩焼・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) 玉子焼・切干大根煮・ふりかけ	A)豚骨醤油ラーメン(半チャーハンセット) B)ピピンパ丼 カレーライス・手作りおかずパン	ご飯・スープ・白身魚のバジルオイル焼き もやしとおろしの和え物・麻婆茄子・野菜
30日	水	ごはん・味噌汁・照り焼きチキン・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ブロッコリーとツナのマヨ和え・ふりかけ	A)ドライカレー B)担々麺(ライスセット) カレーライス・手作りおかずパン	ごはん・味噌汁・鶏の照焼き 野菜炒め・ささみの梅和え・野菜
31日	木	パン・スープ・レアオムレツ・添え野菜(リーフ・キャベツ・人参・コーン) ミートボール・生フルーツ・ジャム ジュース	A)オーロラソース唐揚げ ワン)オムライス カレーライス・うどん・手作りおかずパン	ご飯・味噌汁・チーズハンバーグ 和風スパ・ほうれん草のピーナツ和え・野菜

材料の都合により、内容が変更になる場合がありますが、ご了承のほどお願い申し上げます。(株)中央