

日付	曜	午 前 食		
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食
19	水	①5分がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③じゃが芋そぼろ煮 ④きゅうり人参煮	①全がゆ ②玉ねぎの清まし汁 ③じゃが芋そぼろ煮 ④きゅうり人参煮	①軟飯 ②玉ねぎの清まし汁 ③じゃが芋そぼろ煮 ④きゅうり人参サラダ
		①5分がゆ ②いんげんの清汁 ③鶏肉とキャベツ煮 ④コーンと小松菜煮	①全がゆ ②いんげんの清汁 ③鶏肉とキャベツ煮 ④コーンと小松菜煮	①軟飯 ②いんげんの清汁 ③鶏肉とキャベツ炒め ④コーンと小松菜煮
7	21 金	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐と野菜煮 ④人参煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐と野菜煮 ④人参煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③豆腐の千草焼き風 ④人参煮
8	22 土	①煮込みうどん(白菜・人参) ③キャベツのそぼろ煮 ④麩の煮物	①煮込みうどん(白菜・人参) ③キャベツのそぼろ煮 ④麩の煮物	①煮込みうどん(白菜・人参) ③キャベツのそぼろ煮 ④麩の煮物
10	24 月	①5分がゆ ②人参の味噌汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②人参の味噌汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②人参の味噌汁 ③白身魚の唐揚げ風 ④胡瓜とキャベツ煮
11	25 火	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏肉煮 ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏肉煮 ④ブロッコリー煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③鶏肉煮 ④ブロッコリー煮
12	26 水	①5分がゆ ②コーンのスープ ③鶏そぼろじゃが芋煮 ④アスパラと野菜煮	①全がゆ ②コーンのスープ ③鶏そぼろじゃが芋煮 ④アスパラと野菜煮	①軟飯 ②コーンのスープ ③鶏そぼろじゃが芋煮 ④アスパラサラダ
13	27 木	①5分がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐とひき肉煮 ④もやし人参煮	①全がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐とひき肉煮 ④もやし人参煮	①軟飯 ②じゃが芋のスープ ③麻婆豆腐風 ④もやし人参煮
14	28 金	①パンがゆ ②玉ねぎスープ ③肉じゃが風煮 ④チンゲン菜煮	①トースト ②玉ねぎスープ ③肉じゃが風煮 ④チンゲン菜煮	①トースト ②玉ねぎスープ ③肉じゃが風煮 ④チンゲン菜煮
1	15/29 土	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②南瓜のそぼろあん ③野菜サラダ
17/31	月	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④人参煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚の味噌煮 ④人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚の味噌焼き ④人参炒め
		①にゅうめん(人参・もやし・挽肉) ②じゃが芋の煮物 ③キャベツ煮	①にゅうめん(人参・もやし・挽肉) ②じゃが芋の煮物 ③キャベツ煮	①にゅうめん(人参・もやし・挽肉) ②じゃが芋のチーズ焼き ③キャベツ煮
20	木	①にんじん粥 ②玉ねぎスープ ③鶏肉のあんかけ ④人参と野菜煮	①にんじん粥 ②玉ねぎスープ ③鶏肉のあんかけ ④キャベツと野菜煮	①にんじんご飯(軟飯) ②玉ねぎスープ ③鶏のからあげ風 ④キャベツサラダ

日付	曜	午 後 食		
		中期 前半食	中期 後半食	後 期 食
19	水	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐煮 ④いんげん人参煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③豆腐そぼろあん ④いんげん人参煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③豆腐そぼろあん ④いんげん人参サラダ
		①パンがゆ ②人参のスープ ③豆腐と玉ねぎ煮 ④南瓜煮	①トースト ②人参のスープ ③ハンバーグ ④南瓜煮	①トースト ②人参のスープ ③ハンバーグ ④南瓜煮
7	21 金	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮 ③じゃが芋煮	①にゅうめん(キャベツ・人参) ②鶏ささみといんげん煮 ③じゃが芋煮
8	22 土	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜とじゃが芋煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜とじゃが芋煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③白身魚のムニエル ④白菜とじゃが芋煮
10	24 月	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④白菜と人参煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④白菜と人参煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④白菜と人参ソテー
11	25 火	①パンがゆ ②小松菜のスープ ③チンゲン菜のそぼろ煮 ④さつま芋煮	①蒸しパン ②小松菜のスープ ③チンゲン菜のそぼろ煮 ④さつま芋煮	①蒸しパン ②小松菜のスープ ③チンゲン菜のそぼろ煮 ④さつま芋煮
12	26 水	①5分がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと野菜煮	①全がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚の煮つけ ④キャベツと野菜煮	①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚の煮つけ ④キャベツのサラダ
13	27 木	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③鶏肉のあんかけ ④小松菜煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③鶏肉あんかけ ④小松菜煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③鶏唐揚げあん ④小松菜煮
14	28 金	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参煮 ④アスパラ煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参煮 ④アスパラ煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏そぼろと人参ソテー ④アスパラ煮
1	15/29 土	①5分がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツ煮	①全がゆ ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツ煮	①軟飯 ②人参のみそ汁 ③白身魚煮 ④キャベツソテー
17/31	月	①5分がゆ ②キャベツのみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参煮	①全がゆ ②キャベツのみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参煮	①ごま軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③玉ねぎとしらす煮 ④人参のバター焼き
		①5分がゆ ②人参のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④いんげん玉ねぎ煮	①全がゆ ②人参のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④いんげん玉ねぎ煮	①軟飯 ②人参のスープ ③豆腐のそぼろあんかけ ④いんげん玉ねぎ煮
☆	20 木	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③白身魚煮 ④さつま芋煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③白身魚のムニエル ④さつま芋煮