



日付		曜	中期後半食	
			午前食	午後食
3	17	土	①あんかけにゅうめん（鶏ひき肉・玉ねぎ・いんげん） ②人参煮 ③キャベツ煮	①全粥 ②みそ汁（人参） ③じゃが芋そぼろ煮 ④チンゲン菜煮
5	19	月	①全粥 ②みそ汁（大根） ③白身魚煮 ④チンゲン菜と人参煮	①全粥 ②みそ汁（じゃが芋） ③しらすと人参煮 ④いんげん煮
6	20	火	①全粥 ②みそ汁（キャベツ） ③さつま芋のそぼろ煮 ④人参煮	①全粥 ②麩のすまし汁 ③鶏肉煮 ④もやしと人参煮
7	21	水	①全粥 ②すまし汁（小松菜） ③ささみのあんかけ煮 ④人参と南瓜煮	①にゅうめん（鶏ひき肉・人参・玉ねぎ） ③じゃが芋煮 ④キャベツ煮
8	22	木	①トースト ②スープ（コーン） ③じゃが芋のそぼろ煮 ④ブロッコリー煮	①全粥 ②みそ汁（さつま芋） ③鶏ひき肉と人参煮 ④白菜煮
9	23	金	①全粥 ②スープ（白菜） ③人参とじゃが芋のそぼろあん ④キャベツ煮	①全粥 ②すまし汁（キャベツ） ③カレイ煮 ④人参といんげん煮
10	24	土	①煮込みうどん（鶏ひき肉・白菜・大根） ②人参煮 ③きゅうり煮	①全粥 ②みそ汁（人参） ③豆腐の野菜あんかけ煮 ④大根煮
12	26	月	①全粥 ②すまし汁（豆腐） ③白身魚煮 ④人参とキャベツ煮	①全粥 ②みそ汁（玉ねぎ） ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④小松菜と人参煮
13	27	火	①全粥 ②スープ（かぶ） ③鶏肉煮 ④人参ともやし煮	①煮込みうどん（鶏ひき肉・人参・キャベツ） ②さつま芋煮 ③玉ねぎ煮
14	28	水	①にゅうめん（鶏ひき肉・人参・ほうれん草） ②じゃが芋煮 ③玉ねぎ煮	①全粥 ②みそ汁（さつま芋） ③豆腐煮 ④チンゲン菜と人参煮
1	15	木	①全粥 ②スープ（キャベツ） ③カレイ煮 ④人参と胡瓜煮	①全粥 ②すまし汁（豆腐） ③鶏ひき肉とキャベツ煮 ④人参煮
2	/	金	①全粥 ②みそ汁（大根） ③じゃが芋とピーマンのそぼろ煮 ④チンゲン菜煮	①トースト ②スープ（白菜） ③大根の挽肉あん ④人参ともやし煮
16	☆	金	①人参全がゆ ②コーンのスープ ③ささみと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①全粥 ②清まし汁（大根） ③白身魚の味噌煮 ④人参煮