

|    |                                                                                    |                                              |                                                  |                                            | 1(金)                                         | 2(土)                                     |
|----|------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------------|--------------------------------------------|----------------------------------------------|------------------------------------------|
| 午前 |  |                                              |                                                  |                                            | 全粥<br>魚のムニエル<br>葉先はくさいの煮びたし<br>トマト、ミルク       | お弁当                                      |
| 昼食 |                                                                                    |                                              |                                                  |                                            | 全粥<br>煮魚<br>野菜スープ                            | ビスケット                                    |
|    | 4(月)                                                                               | 5(火)                                         | 6(水)                                             | 7(木)                                       | 8(金)                                         | 9(土)                                     |
| 午前 | 全粥<br>豆腐の肉そぼろあんかけ<br>もやしのあえもの<br>果物、ミルク                                            | 全粥<br>魚のくず煮<br>ポテトサラダ<br>はくさいスープ、ミルク         | 全粥<br>鶏肉とじゃがいものうま煮<br>キャベツのツナあえ<br>果物、ミルク        | 全粥<br>八宝菜<br>葉先青菜のおひたし<br>トマト、ミルク          | お弁当                                          | 全粥<br>鶏肉のソテー<br>青菜のおかかあえ<br>果物、ミルク       |
| 昼食 | 全粥<br>肉豆腐<br>野菜炒め                                                                  | 魚粥<br>じゃがいものスープ                              | ツナ粥<br>じゃがいものほくほく煮                               | 鶏雑炊<br>トマトスープ                              | ハイハイ                                         | 青菜雑炊<br>野菜スープ                            |
|    | 11(月)                                                                              | 12(火)                                        | 13(水)                                            | 14(木)                                      | 15(金)                                        | 16(土)                                    |
| 午前 | 全粥<br>焼き魚<br>かぼちゃのうま煮<br>豆腐とたまねぎのみそ汁<br>ミルク                                        | 全粥<br>鶏肉のマリアナソースかけ<br>スパゲティサラダ<br>果物、ミルク     | 全粥<br>鶏肉のピカタ<br>野菜の彩り炒め<br>ブロッコリーのマヨネーズあえ<br>ミルク | 全粥<br>華風炒め<br>葉先青菜のおひたし<br>トマト、ミルク         | 全粥<br>魚のから揚げ<br>レタスとコーンのサラダ<br>じゃがいものスープ、ミルク | お弁当                                      |
| 昼食 | 全粥<br>魚のホイル焼き<br>かぼちゃ茶巾                                                            | 全粥<br>鶏肉とスパゲティのスープ煮<br>じゃがいもち                | 全粥<br>鶏肉とブロッコリーのやわらか煮<br>卵スープ                    | 青菜雑炊<br>ビーフン汁                              | 全粥<br>煮魚<br>野菜のトマト煮込み                        | 卵ボーロ                                     |
|    | 18(月)                                                                              | 19(火)                                        | 20(水)                                            | 21(木)                                      | 22(金)                                        | 23(土)                                    |
| 午前 | 全粥<br>肉じゃが<br>葉先キャベツのあえもの<br>豆腐とかぼちゃのみそ汁、ミルク                                       | 全粥<br>つくね煮<br>青菜ときのこの和え物<br>果物、ミルク           | 全粥<br>鶏肉と野菜の甘辛炒め煮<br>はるさめのあえもの<br>トマト、ミルク        | 全粥<br>鶏肉の照り焼き<br>アスパラガスときゅうりのサラダ<br>果物、ミルク | 全粥<br>魚の野菜あんかけ<br>コールスローサラダ<br>みかん、ミルク       | 全粥<br>高野豆腐の挽き肉かけ<br>もやしの彩りあえ<br>リンゴ煮、ミルク |
| 昼食 | 全粥<br>肉入りポテト焼き<br>かぼちゃのやわらか煮                                                       | 鶏粥<br>野菜の卵とじ煮                                | 全粥<br>くず煮<br>はるさめスープ                             | 鶏雑炊<br>レタススープ                              | 魚粥<br>キャベツのだし煮                               | 鶏そぼろ粥<br>白あえ                             |
|    | 25(月)                                                                              | 26(火)                                        | 27(水)                                            | 28(木)                                      | 29(金)                                        | 30(土)                                    |
| 午前 | 全粥<br>魚のオーロラソース<br>葉先キャベツのあえもの<br>野菜スープ、ミルク                                        | 全粥<br>じゃがいもと豚肉のうま煮<br>葉先青菜ときのこのソテー<br>果物、ミルク | 全粥<br>鶏肉とにんじんのころころ煮<br>ひじきあえ<br>豆腐スープ、ミルク        | 全粥<br>和風マーボー豆腐<br>もやしのごまあえ<br>果物、ミルク       | 昭和の日                                         | お弁当                                      |
| 昼食 | 魚粥<br>野菜炒め                                                                         | いも粥<br>鶏肉と青菜のやわらか煮                           | ひじき粥<br>鶏肉と野菜のクリーム煮                              | 青菜雑炊<br>野菜の煮びたし                            |                                              | ハイハイ                                     |