

12月1日(金)

【朝食】鯖塩焼き・ご飯・味噌汁・杏仁プリン



【夕食】厚揚げ中華炒め・鶏肉バンバンジー・中華スープ
(肉まんUP)



12月2日(土)

【朝食】ナポリタン・サラダ・パン・ジョア



【夕食】ロースカツカレーライス・サラダ・ゼリー
(中華ゴマ団子UP)



12月3日(日)

【朝食】スクランブル・サラダ・ポテト・パン・オレンジジュース



【昼食】

味噌コーンバターラーメン・揚げ餃子・しらすご飯・ヨーグルト



【夕食】回鍋肉・焼売・スープ・ご飯
(お好み焼きUP)



12月4日(月)

【朝食】鯖塩焼き・卵焼き・ご飯・味噌汁・納豆



【夕食】照焼ハンバーグ・味噌汁・ご飯・ゼリー
(春巻きUP)



12月5日(火)

【朝食】クラムチャウダー・ポテトサラダ・パン・オレンジジュース



【夕食】チキン南蛮・焼売と餃子・味噌汁・ご飯
(豚肉じゃがUP)



12月6日(水)

【朝食】和風ハンバーグ・のり・ご飯・味噌汁・ゼリーヨーグル



【夕食】たらこバターうどん・五目チラシ・ゼリー
(チキンボール野菜煮UP)



12月7日(木)

【朝食】スクランブル&ベーコン・ポテト・サラダ・パン・リンゴジュース



【夕食】ハヤシライス・サラダ・パイナップル
(ミニ焼きそばUP)



12月8日(金)

【朝食】わかめご飯・豚汁・金平・冷奴



【夕食】白身魚のホイル焼き・コロッセ・サラダ・味噌汁・ご飯
(ミニ竹輪うどんUP)



12月9日(土)

【朝食】ゆで卵・ポテサラ・ウィンナー・バナナ・パン・オレンジジュース



【夕食】ミックスフライ・スパサラ・ご飯・味噌汁
(ハンバーグデミソースUP)



12月10日(日)

【朝食】ジャーマン・サラダ・パン・オレンジジュース



【夕食】キーマカレー・サラダ・手羽唐揚げ・スープ
(ミートスパUP)



【昼食】
梅とろろうどん・混ぜご飯・ゼリー

