					T		
				1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
				」ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
±n 🔈				みそ汁(なす)	みそ汁(南瓜)	みそ汁(大根)	みそ汁(油揚げ)
朝 食				じゃが芋のそぼろ煮	さんまの煮付け	車麩の卵とじ	鶏肉ときのこの和風煮
				ちんげん菜のお浸し	いんげんの塩昆布和え	もやしとイカの中華和え	春菊の錦糸和え
				ヤクルト	ジョア (ストロベリー)	ヤクルト	ジョア(マスカット)
				小豆ご飯 ナナレン (三席 なっぱ)	ご飯 これ オートン	秋野菜のポークカレー	ご飯 つんまをま かえい
				すまし汁(豆腐・みつば)	コンソメスープ(白菜・コーン)	スープ(玉ねぎ・絹さや)	スープ(青梗菜・なると)
昼食				カレイのおろし煮	若鶏のトマト煮	温野菜サラダ	さばのコチュジャン煮
				高野豆腐の煮物 パイン缶	スパゲティソテー	フルーチェ	春雨のソテー マンゴー
 昼間食				トイン <del>山</del> キャラメルプリン	バウムクーヘン	チョコバナナケーキ	  お饅頭
				イヤフグルフリフ   ご飯	ご飯	<u>プョコハナナケーヤ</u> ご飯	
				こ	すまし汁(しめじ)	こ	 みそ汁(さつま芋)
夕 食				するこれ 〈処〉   鶏肉のオイスター炒め	たらの明太マヨネーズ焼き	かれいのごま照り焼き	ピーマンの肉詰め
				カリフラワーの粒マスタードあえ	豚肉とピーマンのソテー	里芋のバター風味	しめじとカリフラワーの洋風浸し
				大根と竹輪の梅肉和え	小松菜のお浸し	ほうれん草のからし和え	白菜のゆかり和え
	5 (日)	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10(金)	11(土)
	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁(わかめ)	みそ汁(かぶ)	みそ汁(しめじ)	みそ汁(もやし)	みそ汁(里芋)	みそ汁(なす)	みそ汁(かぶ)
±=	竹輪とじゃが芋の煮物	豆腐チキンボールの煮物	ビーフン炒め	がんもの煮物	スクランブルエッグ	いわしつみれの煮物	さつま揚げと白菜のさっと
朝食	青梗菜の葱だれ和え	とろろ	小松菜のなめ茸あえ	いんげんの塩こぶ和え	菜の花のお浸し	ブロッコリーのピーナツ和え	納豆
	ヤクルト	ヤクルト	ジョア(プレーン)	ヤクルト	ジョア (ストロベリー)	ヤクルト	ジョア(マスカット)
		さくら漬け					
	ロールパン	ご飯		ご飯	栗ごはん	ご飯	ご飯
	コンソメスープ(人参・絹)	みそ汁(水菜・油揚げ)	すまし汁(はんぺん・葉)	みそ汁(なす・葉)	清汁(はんぺん・水菜)	みそ汁(大根・ねぎ)	すまし汁(卵・みつば)
昼食	ラタトゥーユ	豚肉の柳川風	かれいのアーモンド揚げ	豚キムチ	鱈のきのこあんかけ	とんかつ	鮭の和風グリル
	マカロニサラダ	キャベツとえびの中華炒め	じゃが芋とひき肉のカレー炒め	大根とあさりの煮物	ごぼうの炒り煮	ひじきの煮物	大根の麻婆煮
	みかんゼリー	黄桃缶	りんご缶	フルーツカクテル缶	洋なし缶	デザートムース(ピーチ)	黄桃缶
昼間食	やわらかおかき	バニラババロア	チョコ饅頭	あんドーナツ	ゼリー	人形焼き	蒸しケーキ
	ご飯	ご飯		ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
夕食	すまし汁(あさり)	すまし汁(えのき)	みそ汁(玉ねぎ)	みそ汁(麩)	みそ汁(白菜)	すまし汁(わかめ)	中華スープ(青菜)
	白身魚のスパイス焼き	赤魚のみぞれ煮	鶏肉のくわ焼き	さばの塩焼き	鶏肉のチーズ焼き	さわらの幽庵焼き	ミートボールと野菜の甘酢
	南瓜のソテー	れんこんとさつま揚げの煮浸し	切り昆布の煮物	ピーマンとじゃこのソテー	空豆とエリンギのペペロンチーノ	みそ金平	春雨サラダ
	大根サラダ	ブロッコリーのピーナツ和え	もやしのかに風味サラダ	れんこんの梅肉和え	マカロニサラダ	酢の物	いんげんのたらこマヨネーズ和え
	12(日)	13(月)	14(火)	15 (水)	16 (木)	17(金)	18 (土)
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁(麩)	みそ汁(なめこ)	みそ汁(青梗菜)	みそ汁(冬瓜)	みそ汁(玉ねぎ)	みそ汁(さつま芋)	みそ汁(麩)
朝 食	青菜の煮びたし	ハムと野菜ソテー	えび団子の煮物	じゃが芋のそぼろ煮	はんぺんの卵とじ	魚肉と野菜炒め	ぜんまい五目煮
	白和え	いんげんのおかか和え	キャベツのくるみ和え	春菊のなめ茸和え	白菜のゆかり和え	とろろ	里芋のごま和え
	ヤクルト	ヤクルト	ジョア(プレーン)	ヤクルト	ジョア (ストロベリー)	ジョア (ストロベリー)	ジョア(マスカット)
昼食	ご飯	ご飯	ご飯	野菜たっぷりタンメン	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁(大根・葉)	中華スープ(わかめ・ねぎ)	みそ汁(白菜・椎茸)	里芋といかの煮物	みそ汁(豆腐・ねぎ)	スープ(玉ねぎ・コーン)	みそ汁(春菊・椎茸)
	フライドチキン	たらの南蛮漬け	牛皿	白菜のお浸し	さんまの塩焼き	鶏肉のお好み揚げ	ゴーヤちゃんぷる
	空豆のサラダ	水餃子	にら玉	白桃缶	ごぼうのそぼろ煮	南瓜のチーズ焼き	冬瓜の含め煮
	キウイ	りんご缶	酢の物		オレンジ	パイン缶	洋なし缶
昼間食	りんごパイ	きなこムース	チーズバウム	お饅頭	醤油せんべい	ビターチョコパウンドケーキ	カステラドーナツ
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	一ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁(しめじ)	みそ汁(菜の花)	みそ汁(玉ねぎ)	みそ汁(かぶ)	すまし汁(おくら)	すまし汁(青梗菜)	すまし汁(なめこ)
タ 食	白身魚の黄身焼き	豆腐と豚肉のねぎ塩ソテー	赤魚の煮付け	鶏肉の利休焼き	家常豆腐	カレイの味噌煮	タンドリーチキン
	肉じゃが	南瓜の煮物	ごぼうの味噌炒め	春雨のスープ煮	里芋の煮物	春巻き	ツナと大根の煮物
	れんこんの梅肉和え	竹輪ときゅうりの和えもの	海草サラダ	いんげんの昆布茶あえ	ほうれん草とザーサイの和え物	酢の物	アスパラサラダ
	19(日)	20(月)	21(火)	22 (水)	23(木)	24(金)	25 (土)
	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯	ご飯
	みそ汁(南瓜)	みそ汁(おくら)	みそ汁(人参)	みそ汁(えのき)	みそ汁(青梗菜)	みそ汁(麩)	みそ汁(もやし)
朝 食			炒り豆腐	豚肉と大根の煮物	野菜炒め	車麩の卵とじ	m +   = +
朝 食	いわしの梅煮	つくねの煮物					里芋のそぼろ煮
朝 食	菜の花のお浸し	春雨の酢の物	かぶの梅和え	白菜のわさびマヨあえ	胡瓜と油揚げのゴマ和え	ほうれん草の塩昆布あえ	なすの生姜和え
朝 食				ヤクルト		ほうれん草の塩昆布あえ ヤクルト	
朝食	菜の花のお浸し ヤクルト	春雨の酢の物 ヤクルト	かぶの梅和え ジョア(プレーン)	ヤクルト きゅうり漬け	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア(ストロベリー)	ヤクルト	なすの生姜和え ジョア(マスカット)
朝食	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯	かぶの梅和え ジョア (プレーン) ご飯	ヤクルト きゅうり漬け ご飯	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯	ヤクルト ご飯	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン
朝食	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜)	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば)	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ)	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚)	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱)	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根)	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー
朝食	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば) 天ぷら盛り合わせ	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ
朝 食	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮 シュウマイ	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば) 天ぷら盛り合わせ 煮しめ	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー
	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば) 天ぷら盛り合わせ 煮しめ 酢味噌和え	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ
	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮 シュウマイ	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば) 天ぷら盛り合わせ 煮しめ 酢味噌和え 赤魚の西京焼き	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ
	菜の花のお浸し ヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮 シュウマイ	春雨の酢の物 ヤクルト 松茸入りご飯 すまし汁(麩・みつば) 天ぷら盛り合わせ 煮しめ 酢味噌和え	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮 シュウマイ バナナ	春雨の酢の物ヤクルト 松茸入りご飯・みつば) 天ぷらはのおり合わせ 煮しいいのでする。 本葉のある。 本葉のありきり 柿	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ 杏仁寒天	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ りんご缶	胡瓜と油揚げのゴマ和えジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平 いちごゼリー	マクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ フルーツョーグルト
	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮シュウマイ バナナ	春雨の酢の物ヤクルト 松茸入りご飯・みつば) 天ぷらはのおいかではのかける。 本素のあれる。 なった、おいちではのからない。 なった、おいちでは、おいちでは、いちでは、いちでは、いちでは、いちでは、いちでは、いちでは、いちでは、	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ 杏仁寒天	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ りんご缶	胡瓜と油揚げのゴマ和えジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平 いちごゼリー	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロールパン ビーフシチュー ホタテ風味サラダ フルーツョーグルト 抹茶あずきサンド
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ·水菜) 厚揚げと海老の中華煮シュウマイ バナナ たい焼き ご飯	春雨の酢の物ヤクルト 松茸入りご飯・みつば) 天ぷしかいではり合わせ 煮しいではのある。 ないではのからいではのからいです。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいる。 ないではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいるではいる。 ないではいるではいるではいるではいるではいるではいるではいるではいるではいるではい	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ 杏仁寒天 お月見おやき ご飯	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ りんご缶 巨峰カステラ ご飯	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平 いちごゼリー 羊羹巻き ご飯	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフシュー ホタテ風味サラダ フルーツョーグルト 抹茶あずきサンド ご飯
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまし汁(花ふ・水菜) 厚揚げと海老の中華煮シュウマイ バナナ たい焼き ご飯 みそ汁(冬瓜)	春雨の酢の物 ヤクルト 松 す ま が か が が が が が が が が が が が が が が が が が	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハンバーグ 南瓜サラダ 杏仁寒天 お月見おやき ご飯 すまし汁(春菊)	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンソテー ごぼうサラダ りんご缶 巨峰カステラ ご飯 みそ汁(里芋)	胡瓜と油揚げのゴマ和えジョア (ストロベリー) ご飯 みそ汁(なす・玉葱) 鯖の甘辛ごま照り焼き じゃが芋の金平 いちごゼリー  羊羹巻き ご飯 すまし汁(なめこ)	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え  さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ)	なすの生姜和え ジョア(マスカット) ロールパン ビーフライン ボタテーダ フルーグルト 抹茶あずきサンド ご飯 みそ汁(小松菜)
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまい (花ふ・水菜) 厚揚げと海老の中華煮シュナナ たい焼き ご飯 みそ汁(冬瓜) 豚肉ともやしの味噌炒め煮	春雨のかりというでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、また	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スープ(玉ねぎ・わかめ) ハログ 南(本本) 本体を お月見おやき ご飯 すました すました すまり 豚肉の焼き肉風炒め	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チキンサラダ りんご缶 巨峰カステラ ご飯 みそ汁(里芋) さわらの粕漬け焼き	胡瓜と油揚げのゴマ和えジョア (ストロベリー) ご飯 みそけ (なす・玉葱) 精の 甘辛 ごま照り 焼き じゃ ごゼリー 羊羹巻 ご飯 すまし (なめこ) 鶏肉と野菜の豆乳煮	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロールン ローフェーダン リール ファーダー アーグルト 抹茶 あずきサンド ご飯 みそうの柚子あんかけ
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまが (花ふ・水菜) 厚揚 ウマイ バナナ たい焼き ご飯 みそとも で飯 みそとも やしの味噌炒め煮 ひじきの煮物	春雨の酢の物ヤクルト 松茸しが飲いでは、おいでは、おいでは、おいでは、おいでは、いいでは、いいでは、いいでは、い	かぶの梅和え ジョア (プレーン) ご飯 スーンがきいるがいがいですが 本体 お月見おやき ご飯 すまし汁(春菊) 豚肉の焼き肉風炒め ナムル	ヤクルトきゅうり漬け ご飯 みそう ご飯 かんご缶 巨峰カステラ ご飯 みそう (里芋) さわらの おんぷー炒め	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みまの (なず・玉葱り焼き じゃかご でもですがですがですがですがです) 一 ・	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ごすまが、水菜では、水ででは、水ででは、水ででででででででででででででででででででででで	春のかりというでは、またのかりでは、またのでは、からいでは、からいでは、からいでは、からいでは、からいでは、からいでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、な	かぶの梅和え ジョア (プレーン) ご飯 スハ き・わかめ) ハンバーダ 杏仁寒天 お月見おやき ご飯 すまし汁(春菊) 豚肉の焼き肉風炒め ナムル なすの生姜和え	ヤクルトきゅうり漬け ご飯 みそ汁(小松菜・油揚) チャンサラダ りんご缶 巨峰カステラ ご飯 みそうでいコリーのオイスター炒め れんこんの明太和え	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みほか でまり 焼き できる できる できる できる できる できる できる できる できる でき	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマスタードマヨ焼き 筍のソテー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロールン ロー・フェーダン リール フェーダ リーグルト (小女子 サック) リーグ リーグ はまま できます できます できます できます できます できます できます でき
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまが (花ふ・水菜) 厚揚 ウマイ バナナ たい焼き ご飯 みそとも で飯 みそとも やしの味噌炒め煮 ひじきの煮物	春雨の酢の物ヤクルト 松茸しが飲いでは、おいでは、おいでは、おいでは、おいでは、いいでは、いいでは、いいでは、い	かぶの梅和え ジョア (プレーン) ご飯 スーンがきいるがいがいですが 本体 お月見おやき ご飯 すまし汁(春菊) 豚肉の焼き肉風炒め ナムル	ヤクルトきゅうり漬け ご飯 みそう ご飯 かんご缶 巨峰カステラ ご飯 みそう (里芋) さわらの おんぷー炒め	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みまの (なず・玉葱り焼き じゃかご でもですがですがですがですがです) 一 ・	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すまが (花ふ・水菜) 厚揚 (花ふ・水菜) アカナナ たい焼き ご飯 みそとも やしの味噌炒め煮 ひじきの煮物 カリフラワーのピリ辛漬け 26(日) ご飯	春ヤ か	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご飯 スーンがき・わかめ) ハログ 南位 本 カーク 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大 大	ヤクルトきゅうり漬け ご飯 みそれいのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からのでは、からに、からのでは、からに、からに、からに、からに、からに、からに、からに、からに、からに、からに	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みそがま (なず・玉葱) 焼き じゃか でまい が でで でで でで でで でで でで でで で で で で で で で で	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼 食 食	菜の花のお浸しヤクルト ご す ほか・水菜) 厚 まがったい がままがですがですができますができますができますができますができますができますが	春ヤ か	かぶの梅和え ジョア (プレーン) ご飯 スハ南ぎ・わかめ) ハバリッグ 不 (玉ねぎ・わかめ) ハバリッグ 大大 (本事) 下 (本事) 下 (本事) 下 (本事) 下 (本事) で (大) で (なず)	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそれ (小松菜・油揚) チャン・サップ (小松菜・カーン・サップ (大) で (大)	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みのかがでいまでは はないでででする。 はないでででする。 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼食	菜の花のお浸しヤクルト ご飯 すいは (花を) (花を) (花を) (花を) (花を) (本を) (本を) (本を) (本を) (本を) (本を) (本を) (本	春ヤ か	かぶった (プレーン) ご飯 スハ ( まねぎ・わかめ) ハイラダ ( まながら) 本体 ( 本本) ( 本) ( 本本) (	ヤきでいます では かっちゅう できょう かっちゅう できょう かん かっかい かっかい かっかい かっかい かっかい かっかい かっかい か	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みず・玉葱り 結びまでのかがです。 一 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼 食 食	菜の花のお浸しヤクルト  ごす場が、水菜) 厚まげででする。・水菜 (花ふ・水菜) 厚まが、水菜 (本本の中華煮りでする) たい焼き でいたができる。 (本の) では、 (本の) で	春かれた	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ご ない で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルト きゅうり漬け ご飯 みそれ (小松菜・油揚) チャン・サップ (小松菜・カーン・サップ (大) で (大)	胡瓜と油揚げのゴマ和え ジョア (ストロベリー) ご飯 みのかがでいまでは はないでででする。 はないでででする。 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼 食 食	菜の花り ヤクルト ごすほう・水菜 ではまりでする。 ではまりではなななななななななななななななななななななななななななななななななな	春ヤクルト が で で で で で で で で で で で で で で で で で で	かジョア (プレーン)  ごスハ南で (エング で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルり漬け ご飯のおけいかですりのです。 かかりではいいですがいかですがいかですができます。 をいまれたですりができます。 では、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、また	胡瓜と (ストロベリー) で (ストロベリー) で (ない) で (な	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼 食 食	菜の花のお浸しヤクルト  ごすほう・水薬素 すり、水・水薬素 をできる。 では、水薬素 をできる。 では、水薬素 をできる。 では、水薬素 のでは、水薬素 のでは、水薬	春ヤクルト   松す天煮酢赤花柿いごス蒸青コー   ないはい   ないがい   ないがいがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい   ないがい	かぶの梅和え ジョア(プレーン) ごなフハ南き・わかめ) ハバサラ天 おりにある。 おりになりがある。 おりになりがある。 おりになりがある。 なりになりがある。 なりになりがある。 なりになりのではなりがある。 なりになりのではなりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりではなりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりです。 なりになりではなりです。 なりになりです。 なりになりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりでも。 なりできる。 なりできる。 なりできる。 なりでも。 なりを なりを なりを な。 なりを なり。 なりを なり。 なり。 なり。 なり。 なり。 なり。 なり。 なり。 なり。 なり。	ヤゥり漬け ごみ チ ごり い 小 か ま ・ 油揚) ・ カ ま で が か か で で か さ で が れ か か で で か か か か か か か か か か か か か か れ か か か れ か か か れ か か か れ か	胡瓜と油揚げのゴマ和え で	ヤクルト ご飯 みでは、大根) ブのツァー 白菜と桜エビの山椒和え さやえんどうスナック ご飯 中華スープ(キャベツ) 麻婆豆腐 春雨の中華煮	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ファー・アン・ユー・ダール ファーグ がまり がった できます かいかい かいかい かいかい かい かい かい かい かい かい かい かい
を 食 食 食 食	菜の花り ヤクルト ごすほう・水菜 ではまりでする。 ではまりではなななななななななななななななななななななななななななななななななな	春ヤ 松す天煮酢赤花柿いごス蒸青コー でみ枝とヤごみでのル りけらめ噌のの で プ魚のルラば かせ	かジョア (プレーン)  ごスハ南で (エング で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルり漬け ご飯のおけいかですりのです。 かかりではいいですがいかですがいかですができます。 をいまれたですりができます。 では、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、またでは、また	胡瓜 と は は で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
昼 食 食	東の花のお浸し で かい	春ヤ 松す天煮酢赤花柿いごス蒸青コープみ枝とヤごみ鯖のル り汁盛 和西ね ロ のの ご プ魚のル うじょう かけ 強い かった かけ で かん かっかった かん かっかった かん かっかった かん	かぶった では では できます かい かい で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクゆう では では できない できない できない できない できない できない できない できない	胡ぶと は は で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ファー・アン・エー・ダール ファー・ダーン ボー・グーン ボー・ス・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー・ファー
を 食 食 食 食	菜のかけりです。 では、	春ヤ 松す天煮酢赤花柿いごス蒸青コーごみ枝とヤごみ鯖がのル り汁盛 和西ね ロ (の煮ス 2 7 () なの が 1 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0	かぶった (プレーン) で (	ヤクルト き飯 みチごり (小女子) がいた かっから かっから かっから かっから かっから かっから なっなの なっなの	胡ぶって (ストロペリー) では (ストロペリー) では (ストロペリー) では (なって) がでせい では (なって) では (マッシュルーム・コークリーム (なって) に (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム) に (マッシュルーム (マッシュルーム) に (マッシュルーム・コークリーム (マッシュルーム) に (	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ア パン・カー・ア ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・
を 食 食 食 食 食	菜やのお浸しのかりです。 では、	春ヤクルト ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではい	かジョア (プレーン)  ごス ハ 南	ヤクゆう では かっと できょう かっと できない かん いん	胡ぶって (ストロン) がいます (なって がって がって がって がって がって がって がって がって がって が	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー
を 食 食 食 食	菜ヤ ごす厚シバ たごみ豚ひカ でかり にい飯 きりょう でいい はいか でいい でき でいい でき でいい でき でいい でき でいい でき でき でき でいい でき	春ヤクルト 松す天煮酢味ん おいご ス 蒸 青 コー という はいかい かい	かぶっア (プレーン)  ご ス ハ 南	ヤク・うり では、	胡ジ ごみ鯖じい 羊ごす鶏な菜 でかめいがご 大き でいました では、	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え (マスカット) ロー・ファー・アン・エー・アン・エー・アン・エー・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・アン・
を 食 食 食 食 食	菜ヤ ごす厚シバ たごみ豚ひカ ごみキ納ヤごみ豚ほ切エ でのり (大の に け つ ナ ・	春かかりというでは、またいでは、	かジョア (プレーン)  ご ス ハ南 で で で ス ハ南 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤク・うり (小な子) かいり (小な子) がいり (小な子) がいかった (大な) がいかった (大な) がいから (大な) がいから (大な) がらない (大な)	胡ジ ごみ 鯖じい 羊 ごす 鶏な 京の で か ち が ご が い が で か で か で か で か で か で か で か で で か で	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー
昼 食 食 食 食 食	菜ヤ ごす厚シバ たごみ豚ひカ ごみキ納ヤごみ豚ほ切エごすのか にけつナ におき (ものうっと) (大の は かん で のののののののののののののののののののののののののののののののののの	春ヤ か	かジョア (プレーン)  ごなア (国内では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	ヤクッうり では、 かっという かい	胡ジョ が み	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー
を 食 食 食 食 食	菜ヤ ごす厚シバ たごみ豚ひカ ごみキ納ヤごみ豚ほ切エ でのり (大の に け つ ナ ・	春ヤ か	かジョ ごスハ南 古	ヤク・うり (小な子) かいり (小な子) がいり (小な子) がいかった (大な) がいかった (大な) がいから (大な) がいから (大な) がらない (大な)	胡ジ ごみ鯖じい 羊の で で で で で で で で で で で で で で で で で で	ヤクルト ご飯 みそ汁(大根) ブリのマードマヨ焼き 奇文と桜エビの山椒和え さや が か	なすの生姜和え ジョア (マスカット) ロールファ パシュー デュー ジョー・ アーグ ルー・ アーグ がまり がまる がいれる から できる できる かん