



日付	曜	後期食		
		午 前 食	午 後 食	
4	18	水	①軟飯 ②わかめのみそ汁 ③人参と玉葱の挽肉あん ④キャベツときゅうり和え	①軟飯 ②豆腐のスープ ③カレイの味噌煮 ④じゃが芋と人参ソテー
5		木	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③豆腐のそぼろあん ④キャベツときゅうりと人参の胡麻和え	①煮込みうどん(玉葱・白菜・人参) ②鶏ひき肉とさつま芋煮 ③キャベツソテー
6	20	金	①煮込みうどん(鶏ひき肉・大根・人参) ②豆腐と野菜煮 ③かぶ煮	①トースト ②玉葱のスープ ③白身魚照り焼き ④白菜と人参煮
7	21	土	①にゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②じゃが芋のそぼろあん ③ほうれん草ソテー	①軟飯 ②ほうれん草のみそ汁 ③シラスと人参煮 ④キャベツのゆかり和え
	23	月	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③白身魚煮 ④もやしと人参のサラダ	①トースト ②大根のスープ ③鶏ひき肉と豆腐の煮物 ④玉葱ともやし煮
10	24	火	①軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏肉の照り焼き風 ④小松菜と人参煮	①軟飯 ②豆腐のみそ汁 ③白身魚の胡麻焼き ④キャベツと人参ソテー
11	25	水	①軟飯 ②麩の清汁 ③しらす人参煮 ④いんげんと白菜の胡麻和え	①軟飯 ②さつま芋のスープ ③鶏肉煮 ④小松菜と人参のサラダ
12	26	木	①軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏ひき肉と玉葱の炒め物 ④ブロッコリーと人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのスープ ③豆腐と野菜煮 ④もやし煮
13	27	金	①軟飯 ②豆腐のみそ汁 ③鶏肉と玉葱ソテー ④人参とキャベツ煮	①軟飯 ②もやしのスープ ③じゃが芋とそぼろ煮 ④小松菜と人参ソテー
14	28	土	①煮込みうどん(豚挽肉・人参) ②さつま芋の甘煮 ②キャベツ煮	①軟飯 ②キャベツのみそ汁 ③豆腐のそぼろあん ④人参ともやし煮
16	30	月	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③白身魚の胡麻みそ焼き ④いんげんと人参煮	①煮込みうどん(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) ②じゃが芋煮 ③人参煮
17	31	火	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③豆腐のそぼろあんかけ ④小松菜と人参ソテー	①軟飯 ②人参の清汁 ③鶏の照り焼き ④野菜のゆかり和え

19		木	①ゆかり軟飯 ②大根のとろみ汁 ③ハンバーグの和風あん ④きゅうりと人参スティック	①軟飯 ②南瓜のすまし汁 ②カレイのムニエル風 ③キャベツの海苔ソテー
----	--	---	--	--