日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
			1	2	3	4
			ご飯・味噌汁 焼き赤魚	舞茸ご飯・味噌汁 目玉焼き	ご飯・味噌汁 焼き鮭	ご飯・味噌汁 ホッケ味噌干し焼き
			焼き赤魚 ベーコン玉ねぎ炒め物	日本焼き 白菜のお浸し	焼っ鮭 キノコの炒め物	ホック味噌干し焼き 玉子豆腐
			味ナス	ウインナーの炒め物	ポテトサラダ	黒豆
			もやし竹輪ナムル	パイナップル		さつま揚げ胡麻油炒め
		ru]	混ぜご飯・味噌汁	オムライス・中華スープ	ひな寿司・味噌汁	塩昆布飯·味噌汁
			から揚げ マカロニサラダ	かぼちゃの煮物 トマトサラダ	タラ野菜あんかけ シウマイ	コロッケ野沢菜漬物
			切り干ししめじ煮物	芋フライ	リンゴ	筑前煮
			ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・野菜スープ	ご飯・味噌汁
			チンジャオロース 春雨サラダ	茄子の甘辛煮 春菊の胡麻和え	豚冷しゃぶ 焼きサバ	手羽先さっぱり煮 大根干ししいたけ煮え
			えびの豆腐あんかけ	煮卵の辛子マヨ	いんげん胡麻和え	ほうれん草の煮びたし
5	6	7	8	9	10	11
	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・野菜スープ	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
尭きさんま 玉子焼き	塩サバ焼き 大根煮物	さんまかば焼き 味噌漬け	焼き鮭 スパゲティ	マーボ春雨煮豆	肉団子クリーム煮 大根サラダ	照り焼きチキン シイタケほうれん草バタ
かまぼこ	水菜サラダ	ベーコン玉ねぎ炒め	きんぴらごぼう	焼きサバ	春雨の和え物	テー 味きゅうり
k菜なめ茸の和え物		チキンサラダ		はくさい煮びたし		ところてん
1レーライス	ご飯・コンソメスープ	ご飯・味噌汁	混ぜご飯・味噌汁	ひじき飯・味噌汁		山菜ぞば
E子スープ	ハンバーグ	白身フライ	いか大根	カレイの煮つけ	フルーツサラダ	梅チラシそば
フルーチェ 妤菜サラダ	小松菜の煮びたし もやしポン酢和え	グリーンサラダ 茄子の味噌煮	野菜ニンニク炒め フルーツヨーグルト	マカロニサラダ 生わかめ酢味噌和え	いんげんの肉巻き 切り干し大根	大根シラス和え 白だい魚焼き
		切り干し大根炒め煮				
		ご飯・味噌汁	 ご飯・みそしる	 		 ご飯・味噌汁
らんまの煮付け	カレイの煮付け	フキとタケノコの煮物	うなぎかば焼き	味噌汁	シチュー	鶏肉さつま揚げ煮物
野菜の含め煮 はます	かぼちゃ煮物 アスパラウインナー炒め物	茄子の素揚げ ポテトサラダ	ハムサラダ うま煮	野菜サラダ フキの煮物	手羽の煮付け ほうれん草のお浸し	南瓜茄子の煮びたし 大根ワサビ菜漬け
,,,	マグロサーモンアボガド和え	煮豆	>0·////	2 1 ~ 2 m 133	10. 24 010 ± 000/1% O	ハムノノに不摂り
12	13	14	15	16	17	18
	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁
けバ西京焼き	目玉焼き	シウマイ	ハムエッグ	カスベの煮付け	シイタケツナバター炒め	焼き鮭
ベーコンスクランブルエッグ 煮豆	鶏肉野菜の煮物 松前漬け	サバ塩焼き たくあん	山菜の煮物 煮豆	スクランブルエッグ きゅうり酢の物	ウインナー 野沢菜漬け	いんげん卵焼き 南瓜煮物
	15.13.38.17	もやしちくわナムル	/M. II	桃	さんまかば焼き水菜和え	1137-171
	カレーライス		肉そば	 ご飯・つみれ汁		 混ぜご飯・中華スープ
きゅうり帆立フライ	トマトスープ	肉野菜炒め	桜チラシ稲荷	フライ盛り合わせ	白身フライ・エビフライ	白菜あんかけ
ト根カニカマサラダ 白菜漬物	野菜サラダ	キャベツ納豆サラダ りんご	いんげん胡麻和え 白菜大根豚煮	ほうれん草のお浸し フルーチェ	大根オイスター炒め トマトアスパラサラダ	豚肉中華炒め ジャーマンポテト
1木/貝10		5/02	口未入低冰点)//) <u> </u>		
		ご飯・味噌汁		 ご飯・味噌汁		 ご飯・味噌汁
ブラタン	クリームコロッケ	味噌おでん	ラーメンサラダ	茄子のはさみ揚げ	カレイの煮付け	マーボ豆腐
ニラともやし炒め物 野菜サラダ	アスパラトマトサラダ 肉 じゃが	カツとじ 茄子の煮びたし	もずく酢 春雨スープ	ほうれん草の煮びたし さんまの煮付け	肉じゃが ポテトサラダ	里芋の煮物 冷しゃぶ
······································	オクラわかめポン酢和え	加了の無じたし	H-M3X	(708の無円の	71.71.77	7130 (-73)
19	20	21	22	23	24	25
<u>************************************</u>			22	— -		
- OX・モア-米- 人一 ノ		ご飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	こ飯・味噌汁	ご飯・味噌汁	1_ 取 • 味噌汁
?ーボ春雨	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ	ご飯・味噌汁 ハムエッグ	ご飯・味噌汁 焼き鮭	ご飯・味噌汁 きゅうりの酢の物	ご飯・味噌汁 塩サバ焼き	ご飯・味噌汁 赤魚の粕漬焼き
?ーボ春雨 焼きさんま	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根	ハムエッグ レタスの和え物	焼き鮭 細竹の土佐煮	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮	塩サバ焼き 黒豆	赤魚の粕漬焼き 株の煮物
7ーボ春雨 焼きさんま 黒豆	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ	ハムエッグ	焼き鮭	きゅうりの酢の物	塩サバ焼き	赤魚の粕漬焼き
?ーボ春雨 尭きさんま 県豆 ?カロニサラダ	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら
マーボ春雨 焼きさんま 県豆 マカロニサラダ 上チラシ ら吸い物	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ
?ーボ春雨 焼きさんま 【豆 ?カロニサラダ 上チラシ ら吸い物 ⇒かん・ミニトマト	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープ	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和
マーボ春雨 焼きさんま 県豆 マカロニサラダ 上チラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 マカロニサラダ 上チラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 鳥肉タケノコ煮物	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 マカロニサラダ 上チラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 鳥肉タケノコ煮物 で飯・味噌汁 高野豆腐胡麻あん	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆 ご飯・コーンスープ エビチリ	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの煮つけ	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和: モズク酢
マーボ春雨 焼きさんま 県豆 マカロニサラダ 上チラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 鳥肉タケノコ煮物 で飯・味噌汁 高野豆腐胡浸し	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん 白滝人参きんぴら	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆 ご飯・コーンスープ エビチリ クリームコロッケ	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープタラのあんかけタケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁カレイの煮つけもやしの炒め物	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌汁	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和: モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 マカロニサラダ 生チラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 鳴肉タケノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野豆腐胡麻あん まうれん草お浸し	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆 ご飯・コーンスープ エビチリ	焼き鮭 細竹の土佐煮 いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの煮つけ	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 マカロニサラダ ドチラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 鳥肉タケノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野豆腐胡浸し ほうれん草おり ほうれん草おり	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん 白滝人参きんぴら チキンかつ甘酢あんかけ	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆 ご飯・コーンスープ エビチリ クリームコロッケ スパゲティ	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープタラのあんかけタケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁カレイの煮つけもやしの炒め物ハンバーグチーズ焼き	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ (弁当)	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エピのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌汁 ウドの酢味噌和え	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和: モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 マカロニサラダ ヒチラシ ら吸い物 みかん・ミニトマト 場肉タケノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野豆腐胡麻あん まうれん草お浸し をおきサラダ	ご飯・味噌汁 サーモンキノコあんかけ 風呂吹き大根 煮豆 天そば ポテトサラダ 揚げ出し豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん 白滝人参きんぴら	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 芋の塩煮 枝豆 ご飯・コーンスープ エビチリ クリームコロッケ	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープタラのあんかけタケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁カレイの煮つけもやしの炒め物	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エビのフライ ポテトサラダ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌汁	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 マカロニサラダ 生チラシ ら吸い物 らかか・ミニトマト 場肉タケノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野わんぎサラダ これぎサラダ 26 ご飯・味噌汁 ナバ焼き	ご飯・味噌汁 サーモンナス根 素豆 天子ば ポテトサラダ 揚がし豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん 白滝人参きんびら チキンかつ甘酢あんかけ 27 ご飯・味噌汁 ホッケみりん漬け焼き	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 幸 を豆 ご飯・コーンスープ エビチリ クリームコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそ汁 目玉焼き	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの煮炒め物 ハンバーグチーズ焼き こ飯・味噌汁 赤魚西京焼き	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エピのフライ ポテトサラダ きんびらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌汁 ウドの酢味噌和え 31 ご飯・味噌汁 サバ塩焼き	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 マカロニサラダ 主チラシ ら吸い物 みかん・ミトマト 場肉タケノノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野れん草サラダ 26 ご飯・味噌汁 ナバ焼き まうれん草の卵とじ	ご飯・味噌汁 サーモ吹き大根 煮豆 天では ポテトサラダ 揚飯 で飯・味噌汁 えびのトロラをしかり 白竜人参きんびら チキンかつ甘酢あんかけ こででは ないないでする。 こででは ないないでは ないないないでは ないないでは ないないないでは ないないないでは ないないないでは ないないでは ないないないないでは ないないないでは ないないないないでは ないないでは ないないでは ないないでは ないないでは ないないないないでは ないないないないでは ないないでは ないないないないないでは ないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 幸 豆 ご飯・コーンスープ エビチリ フリームコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそ汁 目玉焼き ウインナー	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの かり カヤンバーグチーズ 焼き こ飯・味噌汁 赤魚西 京焼きほうれん草なめたけ和え	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ 鶏肉とタケノコの煮物	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エピのフライ ポテトサラダ きんびらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌の酢味噌和え 31 ご飯・味噌き アスパラウインナー炒め	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 マカロニサラダ 生チラシ ち吸い・ミニトマト 教 かん・・・ マト 教 の かかり ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	ご飯・味噌汁 サーモンナス根 素豆 天子ば ポテトサラダ 揚がし豆腐 ご飯・味噌汁 えびのトロミあん 白滝人参きんびら チキンかつ甘酢あんかけ 27 ご飯・味噌汁 ホッケみりん漬け焼き	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 幸 を豆 ご飯・コーンスープ エビチリ クリームコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそ汁 目玉焼き	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの煮炒め物 ハンバーグチーズ焼き こ飯・味噌汁 赤魚西京焼き	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小エピのフライ ポテトサラダ きんびらごぼう 漬けマグロ丼 ジャガイモ重ね焼き 味噌汁 ウドの酢味噌和え 31 ご飯・味噌汁 サバ塩焼き	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 マカロニサラダ 主チラシ ら吸い物 みかん・ミトマト 場肉タケノノコ煮物 ご飯・味噌汁 高野れん草サラダ 26 ご飯・味噌汁 ナバ焼き まうれん草の卵とじ	ご飯・味噌汁サースを大根 大田 という では 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 できます	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメスープ 幸 豆 ご飯・コーンスープ エビチリ フリームコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそ汁 目玉焼き ウインナー	焼き鮭 細竹の土佐煮いか大根 お稲荷・すり身スープ タラのあんかけ タケノコフキの煮物 ご飯・味噌汁 カレイの かり カヤンバーグチーズ 焼き こ飯・味噌汁 赤魚西 京焼きほうれん草なめたけ和え	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャオロース チアシード入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白身フライ・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ 鶏肉とタケノコの煮物	塩サバ焼き 黒豆 焼き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトプラグ きんぴらごぼう 漬けマグロ丼 ジャ噌・カー でアイモ車ね焼き マグロ丼 ジャ噌和え 31 ご飯・味噌き カーンパーツめ なすの柔らか煮 オムライス	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 ニサラダ 生チラッ物 ちかか・マート かか・ケノノコ ・味噌はいたが、 はいがれがサラダ こいがれがサラダ こいがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがまますが、 ないできままが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないでが、 ないできなが、 ないでが、 ないできなが、 ないできなが、 ないでが、 ないでが、	ご飯・味噌汁 サースできた。 マース では 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 できます	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメス 大豆 ご飯・コーンスープ エビチリ コロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそき ウィンキシャキ サラダ ご飯・コーンシャキンカッケ	焼き鮭 細竹の土 佐煮いか 大	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャース カヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ カーノコの煮物 白菜 一型菜番油ラーメン	塩サバ焼き 黒豆豚味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトびらご ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 アカロニサラダ 生チラシ ち吸かん・マト かかか・マト はいかか・マト ではいかがらなかからない。 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいかでは、 ではいいがいがいでは、 ではいいがいがいでは、 ではいいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがい	ご飯・味噌汁サースを大根 大田 という では 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 できます	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメ素 を豆 ご飯・コーンスープ エビチリコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそき ウャキシャキサラダ ご飯・カーンシチュー シャキシャキサラダ ごのッケ・チラック マカロニサラダ	焼き鮭 細竹の大 お稲荷・すり身スープ タケノコマカのあんすりけった。 マクケノコマカーのカーフリックをリースをあるがです。 でいるのかがあります。 でいるのかがあります。 では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャート入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーダー・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌が カラライ・から揚げ (弁当) コの煮物 白菜 ボーンカーメンポテトラダ	塩サバ焼き 黒豆豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトびらご ボーカーボール ボーカー ボーカー ボーカー ボーカー ボーカー ボーカー ボ	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 マカロニサラダ 上チラシ ちみかん・マト ちいか・マト きいか・マト きいか・マト きいか・マト でいか・味噌は はいが、はいかですが でいかが、はいかでは でいかが、はいかでは でいかがないでは でいかが、では でいかが、では でいかが、では でいかが、では でいかが、では でいかが、では でいかがない。 でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた でいた	ご飯・味噌汁 サースできた。 マース では 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 できます	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメス 大豆 ご飯・コーンスープ エビチリ コロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそき ウィンキシャキ サラダ ご飯・コーンシャキンカッケ	焼き鮭 細竹の土 佐煮いか 大	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャース カヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーグ 白弁当) 30 ご飯・味噌汁 ハムエッグ カーノコの煮物 白菜 一型菜番油ラーメン	塩サバ焼き 黒豆豚味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトびらご ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー ボッカー	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 見豆 アカロニサラダ 上チラシ ちみかん・マト からかったアノコ で飯野れんでナース での野れんがサラダ での野れんがサラダ 26 で飯・味き 取りれんが でいたがれんが をかられたが でのがたいできる。 でいたがれたが でいたがいたがれたが でいたがいたがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがれたが でいたがいがいがれたが でいたがいがいがれたが でいたがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがれたが でいたがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいがいが	ご飯・味噌汁 サースで サースで 大で、ボースで 大で、ボースで 大で、ボースで でで でで でで でで でで でで でで でで でで でで でで でで で	ハムエッグ レタスの和え物 南	焼き鮭 細かか お で	きゅうりの酢の物 煮生すじた根 混すじた大根 混がない物 チナアシーをゆうりナムル ごかっていましまからが、 では、インジャードのカリナムル では、インジャードのカリナムル では、インジャードのカリナムル では、インジャードのカリナムル では、インシードのでは、インジャードのよう。 では、インジャードのありますが、インションは、インジャードのあり、 では、インジャードのありますが、インジャードのありますが、インジャードのありますが、インジャードのありますが、インジャードのでは、インジャードのようには、インジャードのようには、インジャードのでは、インジャーには、インジ	塩サバ焼き 黒皮き豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトびが コーキング カー・ でイングール でのでは、アングール では、アングール でのでは、アングール では、アングール では、ア	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ
マーボ春雨 焼きさんま 黒豆 ニサラダ 生チラッ物 ちかか・マート かか・ケノノコ ・味噌はいたが、 はいがれがサラダ こいがれがサラダ こいがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがますが、 ないがれがまますが、 ないできままが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないできなが、 ないでが、 ないできなが、 ないでが、 ないできなが、 ないできなが、 ないでが、 ないでが、	ご飯・味噌汁 サースできた。 マース では 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 できます	ハムエッグ レタスの和え物 南瓜サラダ 焼きそば コンソメ素 を豆 ご飯・コーンスープ エビチリコロッケ スパゲティ 28 ご飯・みそき ウャキシャキサラダ ご飯・カーンシチュー シャキシャキサラダ ごのッケ・チラック マカロニサラダ	焼き鮭 細竹の大 お稲荷・すり身スープ タケノコマカのあんすりけった。 マクケノコマカーのカーフリックをリースをあるがです。 でいるのかがあります。 でいるのかがあります。 では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一では、一	きゅうりの酢の物 煮豆・ひじき煮 牛すじ大根 混ぜご飯・お吸い物 チンジャート入りヨーグルト もやしきゅうりナムル ご飯・味噌汁 ハンバーダー・から揚げ (弁当) 30 ご飯・味噌が カラライ・から揚げ (弁当) コの煮物 白菜 ボーンカーメンポテトラダ	塩サバ焼き 黒豆豚 味噌漬け ご飯・味噌汁 小ポテトびがラダ きんパーテング さいカーカー でイナー でイナー でイナー でイナー でイナー でイナー でイナー でイナ	赤魚の粕漬焼き 株の煮物 人参みそきんぴら ご飯・味噌汁 芋コロッケ ほうれん草の胡麻和 モズク酢 京風うどん 稲荷 白身フライ キャベツサラダ