

	月	火	水	木	金
午前おやつ	2	3	4	5	6
昼食	お菓子 お好み焼き ほうれん草のごま和え 味噌汁 ごはん	お菓子 肉じゃが ししゃものから揚げ 味噌汁 ごはん	お菓子 とんかつ 小松菜のお浸し 味噌汁 ごはん	お菓子 鮭の塩焼き 筑前煮 味噌汁 わかめごはん	お菓子 チキンカツ コールスローサラダ コーンスープ ロールパン
午後おやつ	お菓子	レモンケーキ	お菓子	お菓子	カルピスゼリー
午前おやつ	9	10	11	12	13
昼食	お菓子 おでん キャベツのツナ和え 味噌汁 ごはん	お菓子 鶏のトマト煮 マカロニサラダ コンソメスープ 食パン	お菓子 豚肉の塩こうじ焼き ひじき煮 味噌汁 ごはん	お菓子 きつねうどん さばの塩焼き なすのお浸し	お菓子 牛肉と野菜の炒め物 コーンの天ぷら 味噌汁 炊き込みご飯
午後おやつ	お菓子	スコーン	お菓子	お菓子	ドーナツ
午前おやつ	16	17	18	19	20
昼食	お菓子 オムライス ブロッコリーのサラダ フルーツ コンソメスープ	お菓子 しゅうまい マーボー豆腐 中華スープ ごはん	お菓子 つくねの照り焼き 切り干し大根煮 すまし汁 ごはん	お菓子 ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう 味噌汁 ひじきごはん	お菓子 マカロニグラタン ほうれん草のバター炒め ミネストローネ ロールパン
午後おやつ	お菓子	ヨーグルト	お菓子	お菓子	クッキー
午前おやつ	23	24	25	26	27
昼食	お菓子 ペペロンチーノ きゅうりとトマトのサラダ コンソメスープ	お菓子 からあげ ポテトフライ 野菜炒め フルーツ 味噌汁 おにぎり	お菓子 やきそば チンゲン菜の炒め物 中華スープ	お菓子 ハヤシライス ポテトサラダ フルーツ	お菓子 年越しそば いなり寿司 ほうれん草のお浸し
午後おやつ	お菓子	クリスマスケーキ	お菓子	お菓子	はちみつバターサンド