

	月	火	水	木	金
午前おやつ		1	2	3	4
昼食		お菓子 鶏のトマト煮 マカロニサラダ コンソメスープ ロールパン ケーキ	お菓子 コーンの天ぷら 野菜炒め 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 カレーライス キャベツのツナサラダ フルーツ お菓子	お菓子 しゅうまい ホイコーロー 中華スープ ごはん スイートポテト
午後おやつ					
午前おやつ	7	8	9	10	11
昼食	お菓子 鮭の塩焼き 豚肉と大根の煮物 すまし汁 ごはん お菓子	お菓子 コロッケ ひじき煮 豚汁 ごはん ドーナツ	お菓子 鶏つくねの照り焼き きゅうりの酢の物 味噌汁 炊き込みご飯 お菓子	お菓子 焼きそば チンゲン菜の炒め物 中華スープ フルーツ お菓子	お菓子 ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ 食パン ヨーグルト
午後おやつ					
午前おやつ	14	15	16	17	18
昼食	お菓子 ぎつねうどん 揚げ出し豆腐 大根の酢の物 お菓子	お菓子 かぼちゃグラタン きのこのバターソテー コンソメスープ ロールパン ゼリー	お菓子 豚肉のしょうが焼き 切り干し大根煮 味噌汁 ごはん どら焼き	お菓子 ナポリタン ブロッコリーのサラダ フルーツ コンソメスープ お菓子	お菓子 肉じゃが ししゃもの天ぷら 味噌汁 ごはん クッキー
午後おやつ					
午前おやつ	21	22	23	24	25
昼食	敬老の日		秋分の日 お菓子 親子丼 ほうれん草のお浸し 味噌汁 お菓子	お菓子 さばの竜田揚げ 筑前煮 すまし汁 ひじきごはん お菓子	お菓子 チヂミ チャブチェ わかめスープ ごはん フレンチトースト
午後おやつ					
午前おやつ	28	29	30		
昼食	お菓子 お好み焼き きゅうりの酢の物 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 鶏のから揚げ 春雨サラダ 中華スープ ごはん 蒸しパン	お菓子 オムライス コールスローサラダ フルーツ コンソメスープ お菓子		
午後おやつ					