

	月	火	水	木	金
午前おやつ		1	2	3	4
昼食		お菓子 白身魚のフライ ピーマンのカレー炒め 味噌汁 ごはん スコーン	お菓子 肉豆腐 コーンの天ぷら すまし汁 ごはん お菓子	お菓子 きつねうどん 卵焼き ほうれん草のお浸し お菓子	お菓子 ミートグラタン きのこのバターソテー コンソメスープ 食パン ゼリー
午後おやつ					
午前おやつ	7	8	9	10	11
昼食	お菓子 鶏そぼろ丼 ししゃもの天ぷら きゅうりの昆布和え 味噌汁 お菓子	お菓子 肉団子の甘酢あん 青菜炒め 中華スープ ごはん クッキー	お菓子 鮭のみそ焼き 豆腐のあんかけ 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 ハヤシライス マカロニサラダ フルーツ お菓子	お菓子 おでん 白和え 味噌汁 ごはん ボンデケーキ
午後おやつ					
午前おやつ	14	15	16	17	18
昼食	お菓子 焼きそば 青菜炒め 中華スープ お菓子	お菓子 ビビンバ チャプチェ わかめスープ 蒸しパン	お菓子 ぶりの照り焼き 大根の煮物 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 たらこスパゲッティ 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 ハンバーグ ポテトサラダ コンソメスープ ロールパン ヨーグルト
午後おやつ					
午前おやつ	21	22	23	24	25
昼食	お菓子 鶏の照り焼き 切り干し大根煮 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 ちくわの磯辺揚げ きんぴらごぼう 味噌汁 ごはん ドーナツ	お菓子 肉じゃが 大根の酢の物 すまし汁 わかめごはん お菓子	お菓子 カレーライス コールスローサラダ フルーツ お菓子	お菓子 から揚げ ポテトフライ ミニトマト 焼き飯 スープ クリスマスケーキ
午後おやつ					