

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日	1	2	3	4	5	6	7
朝食	ミートボウル	チーズ薩摩揚げと卵焼	ソフトサラミとサラダ	鮭黄身焼き	スペインオムレツ	中華風炒り卵と生姜天	茹で卵とウインナー
昼食	オムライスとコーンスープ	牛井と春雨スープ	他人井と味噌汁	三色そばろ井とスープ	チキン南蛮とかきあげそば	スパゲッティマトソース	ビーフカレー
夕食	えび天うどん おでん ワラビ餅	じゃが芋ホクホクコロッケ 揚げ根菜あんかけ 鶏チリ	チーズハンバーグ 湯豆腐 ジャーマンポテト	えび天チリソース 水ギョーザ カニ豆腐	キャベツ巻トンカツ 肉じゃが 焼きビーフン	【特別食】 サイコロステーキ	ハッシュドビーフ 青梗菜クリーム煮 麻婆豆腐
日	8	9 →夕食18:30	10	11	12	13	14
朝食	サンドイッチ	ササミピカタ	ベーコンエッグ	蒲鉾磯辺と卵焼き	チーズオムレツ	サゴシ幽庵焼き	目玉焼き
昼食	おにぎりと五目うどん	いなり寿司と昆布そば	海老フライカレー	親子井とにゅうめん	豚ガーリック照り焼きご飯	ラーメン	ソースかつ井
夕食	海老卵チーズコロッケ サワラカレー焼き 南瓜南蛮煮	とんこつラーメン 蒸しシューマイ 杏仁豆腐	ロースとんかつ 秋野菜の天ぷら サツマイモミルク煮	牛肉のすき煮風 厚揚げり辛焼き ナスのラザニア	和風ハンバーグ 糸コン明太子 白菜豚味噌煮	キャベツメンチカツ じゃがベーコン煮 きんぴらゴボウ	ロールキャベツ 牛肉玉ねぎケチャップ えびドリア
日	15	16 →昼食11:50	17	18	19	20 →夕食18:30	21 昼食11:50
朝食	クリームシーシチュウ	ウインナー風天と炒り卵	鶏むねチキンスティック	サバ塩焼き	ハムエッグ	高菜卵焼き	ハムオムレツとサラダ
昼食	海老天井と味噌汁	甘辛豚バラ井とそば	かつ井と野菜スープ	牛スジカレー	ベーコンとナスのスパ	チャンポンと洋風炊込飯	かき揚げ天井とにゅうめん
夕食	カツカレー ハムサラダ じゃが芋のミルク煮	鮭ときのこのホイル焼 ローストチキン じゃがこっくり煮	串かつとキャベツ ナスミートグラタン 小芋としめじクリーム煮	海老しんじょフライ サーモンお刺身 小松菜ベーコン	ビーフストロガノフ チキン南蛮 大根と豚オイスター煮	サツマイモ入りハンバーグ 白菜と鶏春雨煮 スパサラダ	酢豚 中華えび天ぷら 八宝菜
	22		24	25	26	27	28
朝食	ホットドッグ	蒲鉾磯辺揚げと卵焼き	カリカリベーコンと炒り卵	キス卵ピカタ	サゴシカレー焼	オクラ納豆と生卵	小えびのオムレツ
昼食	焼きめしとレタススープ	ミートスパゲティ	からあげ卵とじ井と汁	鶏と野菜の南蛮おろし井	バラ寿司と汁そば	ルーロー飯	揚げ野菜カレー
夕食	肉うどん おでん シューマイ	豚のジンジャー焼き 回鍋肉 白菜としめじの煮もの	海老フライ・からあげ イカお刺身 じゃがベーコン煮	煮込みハンバーグ サツマイモ揚げ煮 豆腐ラザニア	ミラノ風ひれかつ 筑前煮 きのこグラタン	【特別食】 ぶり照り焼きほか秋和膳	ピーマンの肉詰め 牛肉ときのこ炒め 肉豆腐卵とじ
	29	30	31				
朝食	ささみピカタ	甘辛チキンと炒り卵	チーズトースト				
昼食	牛とん焼肉井	カツライスと味噌汁	ハヤシライス				
夕食	醤油ラーメン イカとキヌサヤフリッター フルーツゼリー	カレーハンバーグ 青菜と蒲鉾のからし和え 焼き豆腐じぶ煮	トンテキ あんかけ焼きそば じゃがこっくり煮				