

曜日	日	月	火	水	木	金	土
日							1
朝食							チーズトースト
昼食							肉みそベーコンエッグ飯
夕食							牛肉のプルコギ
							肉じゃが
							白菜と湯豆腐
日	2	3	4	5	6	7	8
朝食	サンドイッチ	蒲鉾磯辺揚げと生卵	ソフトサラミとサラダ	塩サバおろしポン酢	ベーコンエッグ	チーズ薩摩揚げ	ウインナーとジャーマンポテト
昼食	カツライスと味噌汁	ちらし寿司と五目うどん	チキンのBBQ焼き丼	他人丼	チキンかつカレー	ラーメン	いなり寿司にゆうめん
夕食	串カツ	海老天ぶらうどん	牛すじコロッケ	ロールキャベツ	海老フライ	目玉焼きハンバーグ	【特別食】
	大根と豚角煮	おでん	魚介のトマト煮	鶏むね肉長芋巻きカツ	トマトポーク	じゃが芋厚揚げ煮	オードブル
	ニラレバー炒め	ワラビ餅	きんぴらゴボウ	チンジャオロースー	青梗菜クリーム煮	回鍋肉	お寿司
日	9 創立記念日・球技大会	10	11	12	13	14	15
朝食	ベーコンエッグとサラダ	生姜天ぷらと納豆	フライドチキン	サゴシ幽庵焼	炒り卵とジャーマンポテト	鮭休焼と生卵	目玉焼き
昼食	バーベキュー	甘辛豚バラ丼	天丼とミニうどん	スパゲティカルボナーラ	ビーフカレー	三色そぼろ丼	牛とん焼肉丼と味噌汁
夕食	塩ラーメン	エビしんじょフライ	和風ハンバーグ	ビーフストロガノフ	海老卵チーズコロッケ	ピーマンの肉詰め	豚ロース「パン粉」焼き
	チキンからあげ	白菜と豚みそ煮	スパサラダ	洋風かきあげ	ナスはさみ揚げ	キスのチーズピカタ	回鍋肉
	フルーツゼリーパフェ	チゲ豆腐	きのこ豆腐	鮭のフライ	小松菜厚揚げ煮	南瓜そぼろ煮	焼きギョーザ
日	16	17	18	19	20	21	22
朝食	茹で卵とじゃがベーコン	チキンスティック照焼	カリカリベーコン	サゴシ幽庵焼き	スペインオムレツ	チクワ磯辺揚げ	目玉焼とサラダ
昼食	オムライスとスープ	かりか豚ばらサラダプレート	鶏と野菜の南蛮おろし丼	揚げ野菜カレー	ルーロー飯	スパゲティミートソース	から揚げ卵とじ丼
夕食	牛スジカレー	ハンバーグカレーソース	豚モヤシ巻かつ	鮭ときこのほイル焼	中華海老天マヨ	牛肉のすき煮風	ローストンカツ
	メンチカツ	豆腐きのこあんかけ	海老天チリ豆腐	カニクリームコロッケ	なすの肉詰めチーズ焼	青梗菜ベーコン	根菜の甘酢あん
	プリンパフェ	野菜炒め肉あん	里芋と肉団子クリーム煮	湯豆腐	和風カレー豆腐	えびドリア	ジャーマンポテト
日	23	24	25	26	27	28	29
朝食	ゆで卵とウインナー	チクワピーマン照り焼き	ハムエッグ	ウインナー風天と炒り卵	ハムチーズトースト	サゴシカレー焼き	目玉焼き
昼食	焼きめしとレタススープ	天むすびとワカメそば	ミラノ風一口カツプレート	エビカレー	バラ寿司とにゅうめん	竹玉天ぶっかけうどん	ロースかつ丼
夕食	チーズハンバーグ	五目チャンポンうどん	【特別食】	ピーマンミンチ	鮭のほイル焼き	じゃが芋ホクホクコロッケ	豚の味噌南蛮焼き
	明太子スパゲティ	モヤシ豚巻フライ	キムチ鍋	春巻き	ハッシュドビーフ	ローストチキン	ブロックリー卵イモサラ
	白菜とえび中華炒め	フルーツ牛乳ゼリー		キャベツと蒸し鶏マヨ和え	ミニおでん	大根と豚オイスター煮	里芋鶏肉煮っころがし
日	30						
朝食	茹で卵とウインナー						
昼食	焼きめしとレタススープ						
夕食	ビーフカレー						
	鶏むねチキン						
	コーヒーゼリー						