

月	火	水	木	金	土
5	6	7	8	9	10
	牛乳 ガーリックライス コンソメスープ チーズオムレツ トマトきゃべつサラダ 933 kcal 食塩4.4 g	牛乳 ご飯 みそ汁 いか唐揚げ薬味ソース 卵の花炒り 即席漬 くだもの 817 kcal 食塩3.2 g	牛乳 ご飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ じゃが芋バター炒め コールスローサラダ 963 kcal 食塩3.9 g	牛乳 ご飯 みそ汁 鶏肉ソテー茸ソース スパゲティソテー 海草サラダ 804 kcal 食塩3 g	この週の 予約締切日は 3月26日(金)
12	13	14	15	16	17
牛乳 ご飯 みそ汁 鮭の塩焼き じゃがいものそぼろ煮 野菜おかか和え 810 kcal 食塩3.8 g	牛乳 スパゲティミートソース キャベツスープ かぶとハムのサラダ ヨーグルトムース 982 kcal 食塩3.9 g	牛乳 ご飯 お吸い物 鶏肉と野菜の炒め物 中華サラダ 726 kcal 食塩3.5 g	牛乳 カレーライス イタリアンスープ 梅ドレッシングサラダ くだもの 878 kcal 食塩4.5 g	牛乳 ご飯 みそ汁 麻婆豆腐 里芋ブロッコリー胡麻みそ 802 kcal 食塩3.7 g	この週の 予約締切日は 4月2日(金)
19	20	21	22	23	24
牛乳 ご飯 みそ汁 ピーマンの肉詰め焼き チーズポテト 煮浸し 795 kcal 食塩3.2 g	牛乳 ご飯 みそ汁 豚肉のキムチ炒め 生揚げ・芋・人参煮物 くだもの 947 kcal 食塩3.5 g	牛乳 ご飯 みそ汁 さばの照り焼き 筑前煮 野菜からし和え 817 kcal 食塩3.5 g	牛乳 食パン ジャム ハンガリアンシチュー インディアンサラダ 857 kcal 食塩3.3 g	牛乳 鶏肉変わり丼 みそ汁 野菜納豆和え くだもの 859 kcal 食塩3.1 g	この週の 予約締切日は 4月9日(金)
26	27	28	29	30	1
牛乳 かき玉うどん 豚肉の亀甲煮 ピリ辛きゅうり フルーツみつ豆 869 kcal 4.3 g	牛乳 ご飯 みそ汁 A:豚肉七味焼き B:鶏肉七味焼き 粉ふきいも 野菜炒め 808 kcal 食塩3.2 g	牛乳 チャーハン 中華スープ 揚げ餃子甘酢あん くだもの 999 kcal 4.1 g		牛乳 ご飯 みそ汁 いわしの筒煮 かぼちゃそぼろ煮 白和え 841 kcal 4 g	この週の 予約締切日は 4月16日(金)

都合により変更になる場合があります。メニューによって異なる場合もありますが、牛乳は必ず付きます。