献　　立　　表

常食

						5/1	5/2	5/3
朝	A定食					ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ミネストローネ(ﾁｷﾝ) 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｼｰﾌｰﾄﾞｸﾞﾗﾀﾝ 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）
	B定食					ご飯　220g 鶏肉の治部煮 なす酢味噌和え 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 鯵の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 鶏つくね野菜煮 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）
昼	A定食					焼きそば エビ焼売③ ごぼうサラダ	カレーライス（220g） 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯　220g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）
	B定食					ご飯　220g メバルの甘酢あんかけ エビ焼売③ ごぼうサラダ	ご飯　220g 赤魚の照り煮 野菜のマリネ ヨーグルトデザート	ご飯　220g 豚肉と厚揚げの炒め物 切干大根煮(薩摩揚げ) ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）
夕	A定食					ご飯　220g 豚カツ 付）パックソース ビーンズサラダ いり豆腐	ご飯　220g 肉豆腐 南瓜いとこ煮 小松菜の土佐和え 清し汁(ﾜｶｷﾞ・ﾊﾝﾍﾟﾝ)	ご飯　220g 鶏肉の竜田揚げ ぜんまいの炒め煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのナムル 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)
		5/4	5/5	5/6	5/7	5/8	5/9	5/10
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ｽﾊﾟﾆｯｼｭｵﾑﾚﾂ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(キウイ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｽｰﾌﾟ仕立て 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ｳｲﾝﾅｰと野菜の炒め物 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾂﾅとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ポークビーンズ 果物(バナナ) 牛乳
	B定食	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 ｴﾉｷの中華風和え 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付）パック醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 五目あんかけ豆腐 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐の味噌煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(バナナ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g 鶏肉のトマト煮 鍋しぎ 春雨サラダ	ご飯　220g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g ｷﾅｺの香味ｿｰｽ(揚) 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	肉うどん めんつゆ(温) 付）七味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　220g ｳﾛｺﾏｸﾞの冷製ﾄﾏﾄｿｰｽ60 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g タンドリーチキン さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	ご飯　220g 鯵の田楽焼き 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)
	B定食	ご飯　220g 鯵の照り焼き 付）大根おろし 鍋しぎ 春雨サラダ	たらこｸﾘｰﾑｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰ クリームソース 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 春巻(50)	ご飯　220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 小松菜の土佐和え	ご飯　220g タラのムニエル(60) 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆(金時豆)	ご飯　220g 豚肉と木くらげ卵炒め 南瓜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g 友禅豆腐 さつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ(ﾁｰｽﾞ)	ご飯　220g 鶏肉の磯辺揚げ 付）パック醤油 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ(ｶｲﾜﾚ)
夕	A定食	ご飯　220g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 清し汁(小松菜・花麩)	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ入り) 杏仁豆腐 味噌汁(ﾅｽ・ﾈｷﾞ)	ご飯　220g ミートローフ ｽﾊﾟｹﾞﾃｨｰｻﾗﾀﾞ(マヨ) フルーツ羹(黄桃) 味噌汁(ﾐｿﾊﾞ・豆麩)	ﾋﾞｰｽ御飯(220) 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) みたらし団子	ご飯　220g のし鶏 切干大根煮(薩摩揚げ) ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)春 清し汁(ﾈｷﾞ･ｼﾝﾀﾏﾏﾂ)	行事食献立 お楽しみに！	ご飯　220g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰﾅﾂ和え(小松菜) 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾅﾒｺ･ﾈｷﾞ)
		5/11	5/12	5/13	5/14	5/15	5/16	5/17
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 巣ごもり卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮 果物(キウイ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 野菜ソテー 果物(オレンジ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ 卵サラダ 果物(バナナ) 牛乳	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉のクリーム煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ハムエッグ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ 豚しゃぶｻﾗﾀﾞ ﾉﾝｵｲﾙﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ減塩ｺﾞﾏ 果物(バナナ) 牛乳
	B定食	ご飯　220g 厚揚とﾁﾝｹﾞﾝ菜の煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 豆腐の卵とじ 果物(キウイ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 鯵の塩焼き ﾔｻｲの和え物(ﾓﾔｼ・ｶｲﾜﾚ) 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 土佐納豆 大根の煮物 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g メバルの煮付け ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 鰯つみれの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 焼き豆腐の煮物 とろろ芋 付）パック醤油 果物(バナナ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g 豚肉の生姜炒め 菜の花ﾋﾟﾘ辛炒め サイコロサラダ	彩り野菜のｻｯﾊﾟﾘ麺 サラダうどんつゆ 煮豆(金時豆) エビ焼売③	ご飯　220g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ご飯　220g ホキの味噌焼き 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝﾒｼﾞ)	ご飯　220g 八宝菜 焼売③ 彩りなます	ビビンバ丼（220） 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉	カレーピラフ(220) 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え
	B定食	ご飯　220g 鮭のムニエル 菜の花ﾋﾟﾘ辛炒め サイコロサラダ	ご飯　220g 鰆の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆(金時豆) エビ焼売③	ご飯　220g 豚肉のﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ﾎﾟﾃﾄｿﾃｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ﾅﾎﾟﾘﾀﾝｽﾊﾟｹﾞﾃｨ 筍のそぼろあんかけ わさび和え(ｺﾏﾂﾅﾝﾒｼﾞ)	卵とじきしめん 250 めんつゆ(卵とじ) 焼売③ 彩りなます	ご飯　220g 鮭のﾁｬﾝﾁｬﾝ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 フルーツカクテル白玉	ご飯　220g 黒ﾑﾂの香草ﾊﾟﾝ粉焼 花野菜サラダ ﾖｰｸﾞﾙﾄｽﾄﾛﾍﾞﾘｰ添え
夕	A定食	ご飯　220g 栗原はるみさん監修の 煮込みハンバーグ 白菜とﾍﾞｰｺﾝのソテー ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ﾆﾝｼﾞﾝ･ﾀﾏﾈｷﾞ)	ご飯　220g ﾒﾊﾞﾙの和風ｿｰｽ(揚 野菜の甘みそ炒め 長芋とオクラの梅和え チョコプリン	ご飯　220g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 菜の花の辛子和え 味噌汁(ﾐｿﾊﾞ・豆腐)	ご飯　220g 酢豚 野菜の中華和え 胡麻団子(2個) 中華ｽｰﾌﾟ(ﾜｶﾒ・ねぎ)	牛丼（220） 小松菜の和え物 フルーツ羹(みかん) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･豆腐)	ご飯　220g チキンカツ 付）パックソース 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	ご飯　220g アカウオの塩焼(80) 付）大根おろし 付）パック醤油 切り昆布の煮付け ポン酢和え(ｷｭｳﾘ･ﾄﾏﾄ) 卵ｽｰﾌﾟ
		5/18	5/19	5/20	5/21	5/22	5/23	5/24
朝	A定食	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ﾐﾈｽﾄﾛｰﾈ(ﾍﾞｰｺﾝ) 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ハム野菜ソテー 果物(バナナ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ煮(ﾁｷﾝ 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ 南瓜と挽き肉のｽｰﾌﾟ煮 果物(キウイ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ ハムのサラダ 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
	B定食	ご飯　220g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 五目野菜煮 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 和風炒め(ﾑｷｴﾋﾞ) 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g がんもと野菜の煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 土佐納豆 大根とちくわの煮物 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g ほっけの塩焼き 70 ｴﾉｷの中華風和え 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 筑前煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　220g ブリの照り焼き(80) さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	栗原はるみさん監修の チキンカレー（220g） ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	栗原はるみさん監修の ｽﾊﾟｹﾞﾃｨﾐｰﾄﾄｿｰｽ コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻのﾀﾙﾀﾙｿｰｽ 付)ﾀﾙﾀﾙｿｰｽﾊﾟｯｸ ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g ﾎﾟｰｸｼﾞﾝｼｬｰ 新じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　220g 牛焼肉 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　220g 鯵の梅風味照焼き 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え
	B定食	ご飯　220g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込み さつまいもの甘辛煮 お浸し(ｺﾏﾂﾅ･ｼﾒｼﾞ)	ご飯　220g 鮭のﾚﾓﾝ焼き ごま和え(ｲﾝｹﾞﾝ) ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ(ﾏﾖ)	ご飯　220g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛの揚げ浸し コーンサラダ 白菜と小柱のｿﾃｰ	ご飯　220g 揚げ鶏のあんかけ ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g 鰆のチーズ焼き(80) 新じゃが芋の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　220g メバルの味噌焼き 大豆とひじきの煮物 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　220g 豚肉のﾋﾟｸﾙｽｿｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え
夕	A定食	ご飯　220g 鶏肉のマスタード焼き ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) 杏仁豆腐 中華ｽｰﾌﾟ	ご飯　220g 天ぷら(竹の子) 天つゆ 炒り豆腐 海藻サラダ（ｷｭｳﾘ）	梅しそご飯 鯵の照り煮 甘酢和え(ｷｬﾍﾞﾂ・ﾜｶﾒ) ロールケーキ(抹茶)	ご飯　220g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 ﾏﾁｪﾄﾞﾆｱ(ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ)春	親子丼 酢の物（ｷｭｳ･ﾜｶ） 手作りゼリー（ｸﾞﾚｰﾌﾟ） 味噌汁(豆腐・ねぎ)	ご飯　220g ホキの磯辺揚げ 付)パック醤油 金平ごぼう 葛切り団子黒蜜かけ 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)	ご飯　220g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 切干大根の生姜炒め 酢味噌和え(ﾜｶﾒ) チョコプリン
		5/25	5/26	5/27	5/28	5/29	5/30	5/31
朝	A定食	ﾚｰｽﾞﾝﾛｰﾙ90g･ﾊﾞﾀｰ 鶏肉と野菜のｺﾝｿﾒ煮 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 果物(バナナ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ ポークビーンズ 果物(キウイ) 牛乳	★ﾊﾟﾝ90g･ﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰ ｶﾘﾌﾗﾜｰとｴﾋﾞのｿﾃｰ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ｲﾁｺﾞｼﾞｬﾑ スープ煮(トリ) 果物(オレンジ) 牛乳	ﾊﾟﾝ90g･ﾏｰﾏﾚｰﾄﾞ ツナサラダ(ｽｲｰﾄｺｰﾝ) ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ(ﾏｳｻﾞﾝ)Pc 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ﾊﾟﾝ90g･ﾊﾞﾀｰ 南瓜のスープ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
	B定食	ご飯　220g ｲｶｼつみれの煮物 涼拌三絲 果物(オレンジ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g メバルの煮付け ふきと筍の煮物 果物(バナナ) 牛乳	ご飯　220g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(キウイ) 牛乳	ご飯　220g 卵焼(手作り) 麩の煮付 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　220g 鮭の塩焼き 50 野菜とちくわの煮物 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　220g 和風ﾛｰﾙｷｬﾍﾞﾂ 果物(バナナ) ジョア（ﾌﾟﾚｰﾝ）	ご飯　220g 炒り卵 ゆかり和え（長芋） 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
昼	A定食	ｼﾞｬｰｼﾞｬｰ麺(冷) 焼売③ かぶのナムル	チキンライス ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	ご飯　220g チンジャオロース 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ（Caｳﾒ）	ご飯　220g 鯵の南蛮漬け(冷) 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g 黒むつのﾄﾏﾄｿｰｽかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	ご飯　220g 松風焼き 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ･ﾂﾅ)
	B定食	ご飯　220g 鮭の香草焼き(80) 焼売③ かぶのナムル	ご飯　220g ﾒﾙﾙｰｻ(白身)カレー風味焼 ツナサラダ(青じそ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｶﾎﾞﾁｬ)	きつねうどん(250) めんつゆ(温) 付）七味唐辛子 春巻(50) ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯　220g 豚肉の照り焼 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）	ご飯　220g ﾀﾗの香草ﾊﾟﾝ粉焼 付）パックソース 厚揚げと青菜の煮物 白菜のﾜｻﾋﾞ和え	ご飯　220g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅﾂ和え(ｲﾝｹﾞﾝ)	ご飯　220g ｱｶｳｵの酒蒸し 付）パック醤油 煮浸し(白菜・ﾆﾝｼﾞﾝ) ﾏﾖﾈｰｽﾞ和え(ｷｭｳﾘ･ﾂﾅ) ふりかけ（Caｳﾒ）
夕	A定食	ご飯　220g ビーフシチュー 盛合せｻﾗﾀﾞ(ﾌﾞﾛ･ﾄﾏﾄ) ﾌﾙｰﾂﾎﾟﾝﾁ	ご飯　220g 蟹玉 春雨ｻﾗﾀﾞ(ﾑｼﾄﾞﾘ) 杏仁豆腐	ご飯　220g 赤魚の西京焼き 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(ﾏﾖ) 味噌汁(ｷｬﾍﾞﾂ･生揚)	ご飯　220g コロッケ 付）パックソース ｶｸﾃﾙﾘﾝｸﾞ(ﾋﾞｰﾝｽﾞ) ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ(ｺﾏﾂﾅ・ﾆﾝｼﾞ	ご飯　220g ｳﾛｺﾏｸﾞﾛの竜田揚げ 付）レモン 大豆とひじきの煮物 あんみつ 味噌汁(ﾜｶﾒ･タマネギ)	ご飯　220g 麻婆豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｿﾃｰ(ﾍﾞｰｺﾝ) もやしナムル 中華ｽｰﾌﾟ(卵)	ご飯　220g ホキの唐揚野菜ｿｰｽ 若竹煮 ごま和え(ｷｬﾍﾞﾂ) 味噌汁(大根･ﾜｶｷﾞ)

＊　献立は都合により変更させていただくことがございます。