献　立　表

減塩食1800kcal

		11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7
朝	A定食	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ)D 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝﾐﾆﾈｽﾄﾛｰﾈ (ｲﾀﾘｱﾝ) 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝｽﾋﾟﾃﾞｨｰ 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝﾆｮｯｷのｸﾘｰﾑｿｰｽ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ)D 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰ あんず ｶﾘﾌﾗﾜｰとｽﾋﾞのｽｰﾌﾟ 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ 小柱のクリーム煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝｽﾋﾟﾃﾞｨｰ 減塩 果物(ｷｳｲ) 牛乳
	B定食	ご飯　200g 鶏肉の治部煮 なす醤味炒和え 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　200g 鰆の塩焼き(80) ｷｬﾍﾞﾂのお浸し 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	ご飯　200g 鶏つくね野菜煮 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g ほっけの塩焼き 70 お浸し（ｵｸﾗ） 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　200g 肉みそ豆腐 いんげんのナムル 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g 鶏肉のおろし煮 とろろ芋 付）ﾊﾟｯｸ醤油 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g 五目あんかけ豆腐 果物(ｷｳｲ) 牛乳
昼	A定食	焼きそば（減塩） エビ焼売② ごぼうサラダ（ドレ）	ご飯　200g シチュー（カレー風味） 野菜のマリネ 果物(ｷｳｲ)	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮（醤摩揚げ） ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　200g 鶏肉のトマト煮 細しぎ 春雨サラダ	ご飯　200g 回鍋肉 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g ﾐｰﾄﾛｰﾌ H ﾏｶﾛﾆｰｻﾗﾀﾞ（ﾏﾖﾈ） 果物(オレンジ)D	肉うどん めんかけつゆ（温） 付）一味唐辛子 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆（金時豆）D
	B定食	ご飯　200g ｶﾚｰあの甘酢あんかけ(D エビ焼売② ごぼうサラダ（ドレ）	ご飯　200g 赤魚の照り煮(100) 野菜のマリネ 果物(ｷｳｲ)	ご飯　200g 豚肉と揚麩げの炒め物 切干大根煮（醤摩揚げ） ゆかり和え（ｷｬﾍﾞﾂ）	ご飯　200g 鰆の照り焼き 100 減 付）大根おろし 細しぎ 春雨サラダ	たらこﾏﾖﾈｰｽﾞｿｰﾃﾞｨ減 クリームソース（減） 大根とツナのｻﾗﾀﾞ 焼売②	ご飯　200g 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　200g 鮭の香草焼き(80) 竹輪とｷｬﾍﾞﾂの金平 煮豆（金時豆）D
夕	A定食	ご飯　200g ｶﾚｰあのパン粉焼 付）バックソース ビーンズサラダ いり豆腐 果物（りんご）	ご飯　150g 赤魚の照り煮 南瓜の甘辛煮 小松菜の土佐和え 漬し汁ｳﾘﾁﾞ・ﾊﾟｰﾝ）	ご飯　200g 鶏肉の生姜焼き(90) ぜんまいの炒め煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾅﾑﾙ 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位)	ご飯　150g メバルの梅焼き 五目豆 南瓜サラダ 果物（りんご）	ご飯　200g ﾒﾊﾙｰﾁ(白身)ﾚﾓﾝﾊﾞﾀｰ焼 ｷﾀｯﾃﾘｰ(ﾍﾞｰｺﾝ入り) 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 味噌汁（ﾌｽ・ﾈｷﾞ）1/2	ご飯　150g ミートローフ H ﾏｶﾛﾆｰｻﾗﾀﾞ（マヨ） 果物(オレンジ)D	ご飯　200g 赤魚の西京焼き 牛蒡のしぐれ煮 果物（りんご）

		11/8	11/9	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14
朝	A定食	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞ ｶﾘﾌﾗﾜｰと野菜の炒物 減 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝﾄﾏﾄのｽｰﾌﾟ ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ(ﾒﾛﾝ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ポークビーンズ（H） 果物(オレンジ)D 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞ 巣ごもり卵 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ 鶏肉のﾄﾏﾄｽﾃｰﾌﾞ 煮ﾘ 減 果物(ｷｳｲ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞ 野菜ソテー 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ 野菜の炒め物(小柱) 果物(オレンジ)D 牛乳
	B定食	ご飯　200g 高野豆腐の味噌煮 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	ご飯　200g 野菜のそぼろ煮 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　200g ほっけの塩焼き 70 いんげんのナムル風 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　200g 厚揚とｶﾆｶﾏ炒の煮物 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	ご飯　200g 豆腐の卵とじ 果物(ｷｳｲ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g 鰆の塩焼き ﾀｻｲの和え物(ｷｳ・ｶｲｶﾗ) 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　200g 鰆の塩焼き 大根の煮物 減 果物(オレンジ)D 牛乳
昼	A定食	ご飯　150g ﾂｲの野菜あん（焼 じゃが芋の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g タンドリーチキン きつま芋とりんご煮D ｱﾎﾞｶﾄﾞｻﾗﾀﾞ（ﾁｰｽﾞ）	ご飯　200g 鰆の田楽焼き 100（減） 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ（ｶﾆｶﾏ）	ご飯　200g 豚肉の生姜炒め ごま和え（ｲﾝｹﾞﾝ） 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ	けんちんうどん けんちんつゆ 減塩 煮豆（金時豆）D 甘酢和え（鶴・菜）	ご飯　150g ﾂｲのﾄﾏﾄｿｰｽ(80) 減 ﾎﾟﾃﾄｻﾗ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ご飯　200g ホキの味噌焼き 里芋の煮物 わさび和え（ｺｳﾅｲﾒﾝﾀﾞ） ふりかけ（ｶﾙｼｳﾑ）
	B定食	ご飯　150g 豚肉と木ｸﾗｹﾞ卵炒 減 じゃが芋の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g 友禅豆腐 きつま芋とりんご煮 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰｻﾗﾀﾞ（ﾁｰｽﾞ）	ご飯　200g 鶏肉の磯辺焼き(90) 金平ごぼう 春雨ｻﾗﾀﾞ（ｶﾆｶﾏ）	ご飯　200g 鰆のムニエル ごま和え（ｲﾝｹﾞﾝ） 白菜とﾍﾞｰｺﾝのｿﾃｰ	ご飯　150g 鰆の味噌ﾏﾖﾈｰｽﾞ焼き 煮豆（金時豆）D 甘酢和え（鶴・菜）	ご飯　150g 豚肉のﾏﾙﾈﾘｰｽ ｷﾁﾝﾄﾏﾄｿｰｽ ｿﾃ ｷﾀｯﾃﾘｰ レタスサラダ(ﾊﾑ)	ﾌﾗﾝｽﾊﾟﾝ ﾃﾞｨ 減 里芋の煮物 わさび和え（ｺｳﾅｲﾒﾝﾀﾞ）
夕	A定食	ご飯　200g のし昆布 切干大根煮（醤摩揚げ） 付）バック減塩醤油 ぜんまいの炒め煮 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位)	きのこごはん（200） 鮭の塩焼き(80) 付）大根おろし 付）バック減塩醤油 ぜんまいの炒め煮 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位)	ご飯　200g 豚肉の甘辛焼き(80) ﾋﾞｰﾌﾝ和え（小松菜） 果物（りんご） 味噌汁（ﾅﾒｺ・ﾈｷﾞ）	ご飯　150g 菓匠はるみさん監修の 煮込みハンバーグ サイコロサラダ ｺﾝｿﾒｽｰﾌﾟ（ｶﾚｰﾌﾗｰﾀﾞﾀﾏ） 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ﾒﾊﾙのﾄﾏﾄｿｰｽ(10減 野菜のﾀﾅみそ炒め 長芋とオクラの梅和え 果物（りんご）	ご飯　200g 鶏肉の照り焼き 大豆とひじきの煮物 白菜の酢の物 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位)	ご飯　200g 鮭の塩焼き 野菜の中華和え 果物（りんご）

		11/15	11/16	11/17	11/18	11/19	11/20	11/21
朝	A定食	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず 鶏肉のクリーム煮 果物(ｷｳｲ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ ﾊﾑｴｯｸﾞ 付）ケチャップ　ﾊﾟｯｸ 果物(オレンジ)D 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ｶﾚﾝﾀｰと野菜の炒め物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞ 豚肉と野菜のｿﾃｰ 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰ あんず ミネストローネ(ｲﾀﾘｱﾝ) 果物(ｷｳｲ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞ あんず ハム野菜ソテー 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ﾄﾏﾄｽｰﾌﾟ 煮 ｲﾀﾘｱﾝ 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
	B定食	ご飯　200g ﾒﾊﾙの煮付け ご煮和え（ｲﾝｹﾞﾝ） 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g 振つみれの煮物 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　200g 焼き豆腐の煮物 長芋の和え物 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g 炒り卵 和え物(白菜・胡瓜) 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g 五目野菜煮 減 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g 和風炒めﾚﾊﾞﾋﾞｰ) 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳	ご飯　200g がんもと野菜の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　200g 八宝菜 焼売③ 彩りなます減	ヒビンバ丼（200） 竹輪と牛蒡の金平 果物(ﾒﾛﾝ)	カレーピラフ(200) 花野菜サラダ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ブリの照り焼き(80) 切干大根煮 お浸し(ｺｳﾅｲ・ｼﾒｼﾞ)	ご飯　200g ﾒﾝﾁｭｰ豆(ｶﾚｰ風味) ごま和え（ｲﾝｹﾞﾝ） 果物(オレンジ)D	薬膳ほろみさん監修の ﾄﾏﾄﾍﾙｼｰｽ 白菜と小柱のｿﾃｰ コーンサラダ	ご飯　200g ﾒﾊﾙ･ｷｬﾍﾞﾂのムニエル(60) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え
	B定食	卵とじきしめん 250 鰆かけつゆ　卵とじ減 焼売③ 彩りなます減	ご飯　200g 鮭のﾁｬﾝﾌﾟﾙｰ焼き風 竹輪と牛蒡の金平 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g ﾂｲの香草ﾊﾝ粉焼 花野菜サラダ 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 牛肉ﾃﾞﾐｿｰｽ煮込み 切干大根煮 お浸し(ｺｳﾅｲ・ｼﾒｼﾞ)	ご飯　200g 鮭のﾚﾓﾝ焼き ごま和え（ｲﾝｹﾞﾝ） 果物(オレンジ)D	ご飯　200g ｳﾙﾄﾗｺﾞﾛのおろし煮 白菜と小柱のｿﾃｰ コーンサラダ	ご飯　200g 鶏肉の香味ﾏﾖｰｽ(焼90⑤) ごぼうとｺﾝﾆｬｸの煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え
夕	A定食	牛丼（200） 小松菜の和え物 果物(オレンジ)D	ご飯　200g ﾁｷﾝのﾊﾝ粉焼き(H) 付）ﾊﾞｯｸｿｰｽ 茹なす生姜和え ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのエビあん	ご飯　200g アカウオの塩焼(80) 付）大根おろし 付）バック減塩醤油 切り昆布の煮付け ポン酢和え（ｷｬﾍﾞﾂ､ﾄﾏﾄ） 卵ﾛｰﾌ 1/2	ご飯　200g 鶏肉のマスタード焼き ﾎﾟﾃﾄｻﾗﾀﾞ 果物（りんご） 中華ｽｰﾌﾟ 1/2	ご飯　200g ｼﾙﾊﾞｰの磯辺焼き 炒り豆腐（減塩） 海藻サラダ（ｷｬﾍﾞﾂ） 果物(オレンジ)D	行事食献立 お楽しみに！	ご飯　200g ミートローフ ナスの炒め物 小松菜と卵の和え物 果物（りんご）

		11/22	11/23	11/24	11/25	11/26	11/27	11/28
朝	A定食	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ ｿﾌﾄｴｷﾞと民肉のｽｰﾌﾟ 煮 果物(オレンジ)D 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず 野菜ソテー 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ｽﾗｲｽﾌﾟﾙｰﾂﾞ（減塩） 果物(ｷｳｲ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ 鶏肉と野菜のｽﾌﾟ 減塩 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾊﾑ･ﾁｰｽﾞ 白菜と小柱のｽｰﾌﾟ 減塩 果物(ｷｳｲ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290g･ﾄｰﾋﾞｰｲﾀﾘｱﾝ ポークビーンズ 減塩 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ｶﾘﾌﾗﾜｰとｽﾋﾞのｿﾃｰ(D 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳
	B定食	ご飯　200g 土佐納豆 大根とﾅﾒｺの煮物（減） 果物(オレンジ)D 牛乳	ご飯　200g ほっけの塩焼き 70 ｽﾅｷのや葉風和え 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g 筑前煮 減 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g パプリつみれの煮物 果物(ﾒﾛﾝ) ジュア（ﾌﾚｰﾝ）	ご飯　200g メバルの煮付け 煮浸し（ｺｳﾅ・ﾆﾝｼﾞﾝ） 果物(ｷｳｲ) 牛乳	ご飯　200g 高野豆腐と里芋の煮物 果物(ﾒﾛﾝ) 牛乳	ご飯　200g 卵焼（手作り） 酒饅三種 果物(ﾊﾟﾅｯﾌﾟ0.5単位) 牛乳
昼	A定食	ご飯　150g ﾁｰｽﾞﾝｼｭｰﾏｲ(H) 南瓜の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　200g 牛焼肉 ひじきの煮物　減塩 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 鰆の梅風味照焼き 減 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　200g 鰆の梅風味照焼き 減 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	五目ｱﾝ酢焼きそば 減 焼売② かぶのナムル（減	チキンライス(200) ツナサラダ（青じそ） ﾆﾝｼﾞﾝｽｰﾌﾟ（ｽﾗｲｽﾞﾈｷﾞ） 1/2	ご飯　200g チンジャオロース 中華風炒り豆腐 ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え ふりかけ（ｶﾙｼｳﾑ）	ご飯　200g 鰆の甘酢あん（焼）(80) 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）
	B定食	ご飯　150g 鰆のチーズ焼き(80) 南瓜の煮物 青梗菜のお浸し	ご飯　200g 秋刀魚の塩焼き(1尾) 付）大根おろし 付）バック醤油 ひじきの煮物　減塩 さつま芋ｻﾗﾀﾞ	ご飯　200g 豚肉のﾋﾟﾘｶｽﾃｰｽ 青菜とｼﾗｽの炒めもの ごぼうの胡麻和え	ご飯　200g 鮭の香草焼き(80) 焼売② かぶのナムル（減	ご飯　200g ﾒﾊﾙｰﾁ(白身)ﾚﾓﾝ風味焼 ツナサラダ（青じそ） ﾆﾝｼﾞﾝｽｰﾌﾟ（ｽﾗｲｽﾞﾈｷﾞ） 1/2	ご飯　200g きつねうどん(250) めんつゆ（温）減② 付）一味唐辛子 中華風炒り豆腐（ﾋﾞﾆ） ｷｬﾍﾞﾂのごま酢和え	ご飯　200g 豚肉の照り焼き(50 茄子の生姜炒め 海藻サラダ（ﾄﾏﾄ）
夕	A定食	ご飯　200g 鮭子煮 筋の物（ｷｭｳ･ｶﾗ） 果物（りんご）	ご飯　200g ホキの野菜あんかけ 金平ごぼう ごま味噌和え（ﾌﾞﾛｯｺﾘｰ） 果物(ｷｳｲ)	ご飯　200g 豆腐ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 切干大根の生姜炒め 醇味噌和え（ﾜｶﾒ） 果物（りんご）	ご飯　150g ビーフシチュー(D) 健食甘竹ﾀﾞﾚﾝｼﾞﾘ 減塩 果物(オレンジ)D	ご飯　200g 蟹玉（減塩） 春雨ｻﾗﾀﾞ（ﾚﾝｼﾞﾘ） 減塩 果物（りんご）	ご飯　150g 赤魚の西京焼き(100 豚肉と大根の炒め物 ポテトサラダ(ﾀﾏ)⑤ 果物(オレンジ)D	ご飯　150g コロッケD（焼 付）バックソース ｶﾘﾌﾗﾜｰｻﾗﾀﾞ（ﾋﾞｰｽﾞ） 果物(ｷｳｲ)

		11/29	11/30
朝	A定食	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ｽｰﾌﾟ煮（ﾄﾘ）ﾘ 果物(オレンジ) 牛乳	無塩ﾊﾟﾝ290･ﾄｰﾋﾞ あんず ｶﾘﾌﾗﾜｰとｷｬﾍﾞﾂのｽｰﾌﾟ 果物(ｷｳｲ) 牛乳
	B定食	ご飯　200g 鮭の塩焼き 50 大根とﾅﾒｺの煮物（減） 果物(オレンジ) 牛乳	ご飯　200g 和風ﾊｰﾌﾊﾟｳﾝﾄﾞｹｰｷ 果物(ｷｳｲ) 牛乳
昼	A定食	ご飯　200g 鶏肉の味噌焼き 厚揚げと青菜の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g ﾂｲのﾄﾏﾄｿｰｽのかけ じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え（ｲﾝｹﾞﾝ）
	B定食	ご飯　200g ｻﾂの香草ﾊﾝ粉焼 付）減塩ﾊﾟｯｸｿｰｽ 5g 厚揚げと青菜の煮物 白菜のｻﾗﾀﾞ和え	ご飯　150g チキンソテー じゃがいものそぼろ煮 ﾋﾞｰﾅｯﾂ和え（ｲﾝｹﾞﾝ）
夕	A定食	ご飯　200g シルバーのレモン焼き 大豆とひじきの煮物 果物(ﾒﾛﾝ)	ご飯　200g 揚豆腐 ﾌﾞﾛｯｺﾘｰのﾍﾞｰｺﾝ ちやしナムル 果物(ﾒﾛﾝ)

＊　献立は都合により変更する場合があります。