



日		4日	(月)	5日	(火)	6日	(水)	7日	(木)	8日	(金)	9日	(土)
中期食	メニュー	たら じゃがいも・人参 汁うわずみ		ささみ 人参・ブロッコリー 汁うわずみ		たら きゃべつ・大根 汁うわずみ		うどん (ささみ・玉葱・ほうれん草) 南瓜		たら 白菜・人参 汁うわずみ		そうめん (ささみ・ほうれん草・人参) 南瓜	
	主食	7倍粥		7倍粥		7倍粥				7倍粥			
後期食	メニュー	たら じゃがいも・人参 汁 玉葱		ささみ 人参・ブロッコリー 汁 大根		たら きゃべつ・大根 汁 ほうれん草		うどん (ささみ・玉葱・ほうれん草) 南瓜		たら 白菜・人参 汁 じゃがいも		そうめん (ささみ・ほうれん草・人参) 南瓜	
	主食	軟飯		軟飯		軟飯				軟飯			
日		11日	(月)	12日	(火)	13日	(水)	14日	(木)	15日	(金)	16日	(土)
中期食	メニュー			たら 南瓜・ブロッコリー 汁うわずみ		ささみ 白菜・いんげん 汁うわずみ		豆腐又は豆腐団子 さつまいも・ブロッコリー 汁うわずみ		鶏団子 じゃがいも・人参 汁うわずみ		うどん (ほうれん草・玉葱・ささみ) 南瓜	
	主食		7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥		
後期食	メニュー			たら じゃがいも・ブロッコリー 汁 じゃがいも		ささみ 白菜・大根 汁 大根・人参		豆腐団子 さつまいも・ブロッコリー 汁 ほうれん草		鶏団子 じゃがいも・人参 汁 南瓜		うどん (ほうれん草・玉葱・ささみ) 南瓜	
	主食		軟飯		軟飯		軟飯		軟飯		パン粥・スティックパン		
日		18日	(月)	19日	(火)	20日	(水)	21日	(木)	22日	(金)	23日	(土)
中期食	メニュー	ささみ じゃがいも・人参 汁うわずみ		たら 大根・さつまいも 汁うわずみ		ささみ きゃべつ・大根 汁うわずみ		豆腐又は豆腐団子 ほうれん草・人参 汁うわずみ		たら じゃがいも・人参 汁うわずみ		うどん (ほうれん草・人参・ささみ) さつまいも	
	主食	7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥			
後期食	メニュー	ささみ じゃがいも・人参 汁 玉葱		たら 大根・さつまいも 汁 じゃがいも		ささみ きゃべつ・大根 汁 玉葱・人参		豆腐又は豆腐団子 ほうれん草・人参 汁 さつまいも		たら じゃがいも・人参 汁 玉葱・人参		うどん (ほうれん草・人参・ささみ) さつまいも	
	主食	パン粥・スティックパン		軟飯		軟飯 納豆		軟飯		パン粥・スティックパン			
日		25日	(月)	26日	(火)	27日	(水)	28	(木)	29日	(金)	30日	(土)
中期食	メニュー	ささみ 大根・人参 汁うわずみ		豆腐 南瓜・ブロッコリー 汁うわずみ		たら 人参・じゃがいも 汁うわずみ		ささみ きゃべつ・さつまいも 汁うわずみ		たら 大根・人参 汁うわずみ		そうめん (人参・玉葱・ささみ) 南瓜	
	主食	7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥		7倍粥			
後期食	メニュー	ささみ 大根・人参 汁 小松菜		豆腐 南瓜・ブロッコリー 汁 玉葱・人参		たら 人参・じゃがいも 汁 大根		ささみ きゃべつ・さつまいも 汁 ほうれん草		たら 大根・人参 汁 なす		そうめん (人参・玉葱・ささみ) 南瓜	
	主食	軟飯		パン粥・スティックパン		軟飯		軟飯		軟飯			