

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付						1日
昼食	都合により献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。					赤飯 焼肉風 ほうれん草とちりめんのピーナツ和え あげまきの煮物 味噌汁
おやつ						抹茶プリン 紅茶
日付	3日	4日	5日	6日	7日	8日
昼食	木の葉丼 胡瓜とささみの酢の物 切干大根の煮物 味噌汁	御飯 白身魚のムニエル マカロニサラダ 蓮根と鶏肉の煮物 吸い物 漬物	散らし寿司 小松菜と油揚げの煮浸し フルーツ 茶碗蒸し	御飯 豚肉の味噌マヨ炒め ブロッコリーとツナのサラダ 高野豆腐の煮物 吸い物 漬物	御飯 湯葉ひろうすの炊き合わせ うまい菜と鶏肉の炒め物 フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 鶏肉の塩麴蒸し キャベツとかまぼこの土佐酢和え 絹揚げと豚肉の煮物 味噌汁 漬物
おやつ	きんつば 煎茶	マドレーヌ 紅茶	ワッフル 紅茶	アップルパイ 紅茶	レアチーズケーキ 紅茶	きなこシフォンケーキ 紅茶
日付	10日	11日	12日	13日	14日	15日
昼食	炊き込みご飯 シマホッケの塩焼き 白菜と平天のピーナツ和え 高野豆腐のサイコロ煮 味噌汁	御飯 ちゃんぽん麺 しろなと椎茸の煮浸し フルーツ 漬物	御飯 ミンチカツ つぶつぶ（長野県郷土料理） フルーツ 吸い物 漬物	キーマカレー キャベツとコーンのサラダ フルーツ 漬物	御飯 さばの味噌煮 胡瓜とささみのごま酢和え いかの袱紗焼き 味噌汁 漬物	牛すき丼 アスパラと平天の香味和え 大根と小えびの炒め物 味噌汁
おやつ	ほうじ茶プリン 紅茶	たい焼き 煎茶	紅茶パウンドケーキ 紅茶	田舎まんじゅう 煎茶	カフェマドレーヌ 紅茶	パウンドケーキ 紅茶
日付	17日	18日	19日	20日	21日	22日
昼食	御飯 黄金カレイの揚げ浸し 胡瓜と貝柱の酢の物 大豆煮豆 味噌汁 漬物	御飯 さわらの柚庵焼き ほうれん草と油揚げの豆乳和え 筍と豚肉の味噌煮 吸い物 漬物	御飯 五目うどん 白菜と豚肉の炒め煮 たたきごぼう 漬物	御飯 豚肉の山椒煮 ブロッコリーとささみのサラダ 卵の花 味噌汁 漬物	鮭と卵の二色丼 茎わかめの煮物 白菜とかまぼこのナムル 味噌汁	御飯 さばの塩焼き もやしとアスパラのごま和え 南瓜の煮物 味噌汁 漬物
おやつ	どら焼き 煎茶	柿ミックスゼリー 紅茶	チョコレートケーキ 紅茶	やわらか餅みたらし風 煎茶	ココアシフォンケーキ 紅茶	お茶まんじゅう 煎茶
日付	24日	25日	26日	27日	28日	29日
昼食	御飯 さんまの焼き浸し ほうれん草と平天のたらこ和え 蓮根と油揚げの煮物 味噌汁 漬物	オムライス スパイシーチキン フルーツ コンソメスープ	御飯 豚肉の塩だれ炒め ごま豆腐 青梗菜とかまぼこの煮浸し 吸い物 漬物	御飯 鰯の若狭焼き 白菜と油揚げの炒め煮 フルーツ 味噌汁 漬物	御飯 白身魚のハーブ焼き 青梗菜と竹輪のねりごま和え 里芋と鶏肉の煮物 味噌汁 漬物	御飯 肉団子の中華あんかけ うまい菜と干瓢の煮浸し フルーツ 味噌汁 漬物
おやつ	チョコババロア 紅茶	カップケーキ 紅茶	やわらか餅ぜんざい 煎茶	今川焼き 煎茶	もちつき	手作りプリン 紅茶