

夕食 A	夕食 B	夕食 C
<p>1 茄子ときさ身のうま酢和え</p> <p>2 山賊焼き (サニーレタス、レモン)</p> <p>3 炊き合わせ (若菜蒸し、南瓜、オクラ)</p> <p>4 豆乳鍋</p> <p>5 茶碗蒸し (鶏肉、ほうれん草、赤板、銀杏、椎茸)</p> <p>6 野菜サラダ</p> <p>7 御飯・吸い物</p>	<p>1 たこと胡瓜の黄身酢掛け</p> <p>2 天ぷら盛合わせ (海老、南瓜、ピーマン、茄子)</p> <p>3 筑前煮</p> <p>4 寄せ鍋</p> <p>5 ひじきと野菜の豆腐揚げ銀餡掛け</p> <p>6 野菜サラダ</p> <p>7 御飯・豚汁</p>	<p>1 白和え</p> <p>2 豚の生姜焼き</p> <p>3 炊き合わせ (鶏団子、舞茸、里芋、春雨、隠元)</p> <p>4 すき焼き</p> <p>5 白身魚のチリソース</p> <p>6 野菜サラダ</p> <p>7 御飯・けんちん汁</p>
朝食 A	朝食 B	朝食 C
<p>1 鮭の塩焼き 昆布佃煮</p> <p>2 ほうれん草としらすのお浸し</p> <p>3 納豆</p> <p>4 湯豆腐</p> <p>5 御飯、味噌汁</p>	<p>1 鯖の塩焼き 味付けメンマ</p> <p>2 小松菜と厚揚げの煮浸し</p> <p>3 ひじきの煮付け</p> <p>4 月見鍋</p> <p>5 御飯、味噌汁</p>	<p>1 スクラブルエッグ、ウインナー ケチャップ</p> <p>2 野菜サラダ</p> <p>3 ヨーグルト</p> <p>4 バターロールパン</p> <p>5 コンソメスープ</p>