

グランデージ北湘南『安心ハウス』平成 27年 8月 献立表

	日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
	1日							
朝							ご飯・みそ汁(本シメジ生ワカメ・長葱)・牛乳・カレーオムレツ(卵・肉・みそ・生野菜 キュウイ)・根菜炒め(ごぼう・ブロッコリー・人参・大根)・小鉢(味付さしちく和新玉葱)・香の物	
昼							スープ(大根・わかめ・生葉)・焼立てパン(レーズンぱん・バナナぱん)・金時パン・コーヒータン・サラダ(胡瓜・トマト・オホロール・レタス)・コーヒータン	
夕							ご飯・みそ汁(じゃが芋 はんぺん 大根菜)・さんま丼(さんま・たれ・めん粉・小麦粉 白海・ほうれん草)・ほつきサラダ(ほつきサラダ 胡瓜・玉葱・レタス)・小鉢(絹豆腐・花かつお)	
	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	
朝	お粥・みそ汁(キャベツ・揚げ・椎茸)・牛乳・焼き魚(一塩鯖 大根おろし)・パン・青菜とらちの炒め物(ほうれん草 コーン 焼きちくわ)・小鉢(ポテトとワカメ和え)・香の物	ご飯・みそ汁(そうめん がんも 美味)・牛乳・炊き合わせ(ごぼう 人参 竹の子 とり肉 ほうれん草 椎茸)・だし巻卵とお浸し(卵 白菜 ロール きざみ海苔 トマト)・一夜漬け・花豆	ご飯・みそ汁(絹豆腐 青ねぎ カツトワカメ)・牛乳・山菜の炒め煮(山菜水 天ぷら 黒コンニャク 人参)・納豆(しらす 野沢菜 長ネギ)・香の物(キャベツと胡瓜)・つにらけ	ご飯・味噌汁(大根菜・焼き豆腐・ワカメ)・牛乳・焼き魚(ニンジン 大根おろし トマト)・春雨とピーマンの炒め煮(緑豆春雨・ピーマン)・ひき肉・人参・香の物(胡瓜漬)	ご飯・味噌汁(しめじ ほうれん草 揚げ)・牛乳・煮物(ミニ春雨巾着 里芋 人参 いんげん 本シメジ 天ぷら)・生卵・香の物・フルーツヨーグルト・くだもの	ご飯・味噌汁(豆腐 わかめ)・牛乳・盛合わせ(ミートボール トマト ケチャップ 生野菜 アスハラ缶)・めかふとろ(長芋 めかふ)・香の物	ご飯・味噌汁(大根・人参 油揚げ)・焼き魚(鮭ハラス 大根おろしリンゴ)・身欠きにしん・根菜の炒め煮(大根・ごぼう・にんじん・人参)・だし汁・醤油・香の物(白菜と胡瓜の漬物)	スー(野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ)・梅(スウィーティーズ(スパゲティ・シチキ・牛乳・刻みのみ)・大葉)・サラダ(レタス・ハム・カレーピーマン・マヨネーズ・ドレッシング)・デザート(いちご・ぶどう2色ゼリー)・コーヒータン
昼	冷しラーメン(生ラーメン・薄焼き卵・胡瓜・中華クラゲ・トマト・丸)・豆腐とズッキーナの野菜炒め(絹豆腐・ズッキーナ・ピーマン)・人参・オリブオイル・ニンニク)・三色白玉(ヨモギ・南瓜・白玉・あん)・香の物	サンドウィッチ(ゆで卵 ポテト 胡瓜 玉葱 ハム チーズカット 菓子パン)・あさりのシチュー(あさり缶 人参 玉ねぎ 南瓜・カレー ルー・お粥)・ヨーグルト和え(バナナ・ヨーグルト・キューイ)・コーヒータン	休み	にう種(そうめん 竹の子 本シメジ 生椎茸 板かま)・一口おにぎり(おかか・鮭)・デザート(杏仁豆腐・パイン)・香の物(ズッキーナ漬)	スープ(ワカメ・メンマ・長アねぎ)・鮭・チャーハン(コンソメ 鮭 本シメジ 玉葱 人参 ビーマン にんにく)・サラダ(玉葱 パプリカ ブロッコリー 生ハム ゆで卵)・香の物(紅しょうが らっきよ)	かき揚げそば(干しそば・たれ・生葉・長葱・人参・玉葱・ほうれん草・炒め・南瓜)・ズッキーナ・オニオン炒め(ズッキーナ・オニオン・紫玉葱・オリブオイル)・南瓜・香の物(ズッキーナ一夜漬)	スー(野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ)・梅(スウィーティーズ(スパゲティ・シチキ・牛乳・刻みのみ)・大葉)・サラダ(レタス・ハム・カレーピーマン・マヨネーズ・ドレッシング)・デザート(いちご・ぶどう2色ゼリー)・コーヒータン	スー(野菜スープ・ササミ・キャベツ・ねぎ)・梅(スウィーティーズ(スパゲティ・シチキ・牛乳・刻みのみ)・大葉)・サラダ(レタス・ハム・カレーピーマン・マヨネーズ・ドレッシング)・デザート(いちご・ぶどう2色ゼリー)・コーヒータン
夕	ご飯・番茶・豆腐(すり身団子・豆腐・スープ・鮭・焼き豆腐・板かま・白菜・ほうれん草・長葱)・含め煮(里芋・味付き椎茸・がんも・人参)・納豆和え(ひき割り納豆・イカ・三つ巴)・甘藷・ズッキーナ・チーズ焼き・香の物(胡瓜の一夜漬)	わかめご飯(いなぎ)・かき玉汁(卵・三つ巴・めん粉・だし汁)・焼き魚(一塩ほけけ・オレソジ 大根おろし)・肉じゃが(豚力タロス 羊玉葱 人参 白海 生葉)・香の物(ズッキーナ漬)・朝採りいんげんの胡麻和え	海老フライカレー(尾付き海老 羊玉葱 人参 にんにく ハイグレード)・盛合わせサラダ(レタス 胡瓜 アスハラ缶 トマト ゆで卵 トマト)・梅ゼリー・香の物(福神漬)	ご飯・みそ汁(なめこ・大根)・豚ロースポテトチーズ巻き(小麦粉)・生椎茸 板かま)・一口おにぎり(おかか・鮭)・デザート(杏仁豆腐・パイン)・香の物(ズッキーナ漬)	ご飯・うどん汁(うどん・長葱・揚げ)・鯖の味噌煮(鯖・みそ・揚げ茄子)・生葉・豚しゃぶサラダ(豚しゃぶ肉・レタス・新玉葱・海藻サラダ)・香の物(カブ一夜漬)・大根と人参のさんぴら	ご飯・八杯汁(絹豆腐・長葱・生椎茸)・みそおでん(大根 手羽先 茹で卵 こんにゃく 人参 みそ)・マカロニサラダ(胡瓜 レタス・ツイストマカロニ)・香の物(胡瓜漬)	ご飯・味噌汁(白菜 はんぺん 長葱)・魚の漬け焼き(魚 大根おろしオレソジ)・里芋とコンニャクのほろ煮(里芋 とりひき肉 いんげん めん粉・コンニャク)・香の物(野沢菜)	ご飯・味噌汁(大根 人参 ほうれん草)・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り(大根おろし オレソジ)・コンニャクのかか(煮豚 生葉 こんにゃく)・香の物
	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日	
朝	ご飯・みそ汁(牛乳・かに玉あんかけ 卵 かにむき身 かに玉の素 生野菜 オレソジ)・根菜の身欠きにしん風味煮(大根 ごぼう 人参 鮭の煮汁・生葉)・香の物・甘さつま煮	ご飯・みそ汁(牛乳・はんぺんバターしゆり焼き(はんぺん 小麦粉 青海苔 卵 アスハラ缶 カールコーン 玉葱 ウインナー)・和風ナムル(春雨・にんじん・ほうれん草)・香の物	ご飯・みそ汁(とりごぼろ 水菜 豆腐)・牛乳・トルコ風オムレツ(南瓜 トマト 玉葱 ベーコン 卵 レタス 生野菜)・煮浸し(白菜 花かつお)・香の物・なめこ和え	ご飯・みそ汁(大根 人参 ネギ)・牛乳・焼き魚(角ハム 温野菜 アスハラ ブロッコリー 人参)・ふきの炒め煮(ふき・昆布・こんにゃく・人参)・香の物	ご飯・みそ汁(牛乳・満豆腐セット)・豆腐 白菜 昆布 長ネギ 生椎茸 生葉)・とごぼろ(人参 いんげん)・白菜 胡瓜の漬物	ご飯・味噌汁(南瓜 なす ワカメ)・牛乳・チーズ入りオムレツ(玉子 生野菜 くだもの)・切干大根炒め煮(切り干し大根・人参・天ぷら)・昆布佃煮・香の物	ご飯・味噌汁(大根 人参 ほうれん草)・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り(大根おろし オレソジ)・コンニャクのかか(煮豚 生葉 こんにゃく)・香の物	ご飯・味噌汁(大根 人参 ほうれん草)・牛乳・伊東の天ぷら野菜入り(大根おろし オレソジ)・コンニャクのかか(煮豚 生葉 こんにゃく)・香の物
昼	スープ・焼きそば(むき海老・豚バラ肉・人参・もやし・にら・キャベツ・イカ)・バナナ・フルーツ缶・ヨーグルト・香の物(紅しょうが)	焼きたてパン(レーズンチーズ・バナナ・レーズンサンド ママレード 黒豆パン)・バタフライスープ(ミックサーボ)・豆腐(豆腐 豚ひき肉 にんにく 長ネギ 甜麺菜 ごま油)・香の物(野沢菜)	みそ汁(白菜 焼き豆腐)・おにぎり(鮭 梅 焼売 金平コボウ)・ポタテと志玉葱の和え物・デザート(黒糖ゼリー・牛乳)・香の物(胡瓜味噌漬)	けんちん汁(長葱・大根・人参・ごぼう・干しイタク・鮭・みそ・里芋)・ゆかりご飯盛合わせ(ゆかり レタス トマト 豚バラ 大葉)・ちくわ・豆・トマト)・香の物(ベッタラ漬)	スー(ベーコン・ハンペン・牛バラ肉・玉葱 糸寒天)・ハヤシライス(牛バラ肉 玉葱 ルー 玉子の子 生野菜)・人参・サラダ(ミニトマト・ナス・シメジ)・福神漬 らっきよ	五目きし(きしめん・カニフレーク・鶏肉・わかめ・本シメジ・長葱)・香の物(青梗菜)・いんげんお浸し(いんげん)・デザート(紅茶カスタードケーキ)	抹茶入り玄米茶・小豆粥(小豆水 煮湯 入)・盛り合わせ(魚の揚げに野菜・トマト・人参・ズッキーナのソテー)・煮物(かまぼこ 人参 焼き豆腐 せりふ・ブロッコリー)・ジャンパンゼリー・お梅	抹茶入り玄米茶・小豆粥(小豆水 煮湯 入)・盛り合わせ(魚の揚げに野菜・トマト・人参・ズッキーナのソテー)・煮物(かまぼこ 人参 焼き豆腐 せりふ・ブロッコリー)・ジャンパンゼリー・お梅
夕	ご飯・みそ汁・マリネ風(鮭・生野菜・タルタルソース・茹で卵)・玉葱・オレソジ)・とびっこ和え(小松菜・胡瓜・とびっこ・ナール)・香の物(カツお漬)・あんかけ春雨豆腐	コーンライス・みそ汁(ワカメ 羊ネギ)・焼き魚(魚 大根おろし)・サーボ)・豆腐(豆腐 豚ひき肉 にんにく 長ネギ 甜麺菜 ごま油)・香の物(野沢菜)	ご飯・コーンスープ(コンソメ・わかめ・ごま・玉子)・煮込みハンバーグ(合いびき肉・ほうれん草・フーズ)・ポテト 玉葱・春雨サラダ(春雨 ロースハム もやし)・香の物(たくあん)	ご飯・みそ汁(キャベツ ニラ 卵)・煮魚(魚 生葉 コンニャク)・ポテトサラダ(洋 玉葱 胡瓜 レーゼン)・マヨネーズ レタス)・香の物(ベッタラ漬)	ご飯・三平汁(鮭・大根・羊 人参・本シメジ・わかめ・ネギ)・盛合わせ(南瓜 コロコック 生野菜・トマト)・いんげんごま和え(すりごま 人参 いんげん)・香の物(胡瓜かしら漬)	ご飯・味噌汁(もやし 油揚げ)・タンドリーチキン(鶏肉・カレー)・ヨーグルト 生野菜 トマト)・いんげんの炒め煮(いんげん 人参 しめじ)・白菜の煮ひじき・香の物	ご飯・味噌汁(はんぺん ネギ がんも)・さばほイル焼(みそ マヨネーズ ビーマン 生椎茸 マツシユポテト カーネルコーン)・豆腐の頭とし(豆腐 ニら ごぼろ 本しめじ 人参 玉子)・さつま芋甘藷・香の物	ご飯・味噌汁(はんぺん ネギ がんも)・さばほイル焼(みそ マヨネーズ ビーマン 生椎茸 マツシユポテト カーネルコーン)・豆腐の頭とし(豆腐 ニら ごぼろ 本しめじ 人参 玉子)・さつま芋甘藷・香の物
	16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	
朝	ご飯・味噌汁(ネギ 椎茸 人参)・牛乳・はんぺんのチーズサンド(はんぺん カットチーズ 生野菜 オレソジ)・傘平ごぼろ(人参・ごぼろ 醤油・砂糖・醤油)・香の物・しらすの煮浸し和え	ご飯・味噌汁(はんぺん 人参 地のり)・牛乳・鶏水煮の山かけ(長ネギ 卵黄 醤油)・ほうれん草の磯和え(ほうれん草・人参・佃煮)・香の物	ご飯・味噌汁(椎茸 大根 ねぎ)・牛乳・キャベツのマッラー煮(人参・てんぷら・ひじき 本しめじ 青葉)・納豆(しらす 玉葱)・くだもの(バナナ・柿)	ご飯・味噌汁(かぶの茎 地のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし トマト)・高野豆腐の卵とし(カット高野豆腐 人参 味付き椎茸 いんげん卵)・数の子松前	ご飯・味噌汁(南瓜 花魁 ミツ)・牛乳・フレッシュオムレツ(卵 生野菜 トマト ショウルーム)・大豆ひじきの炒め煮(茹で大豆 いんげん にんじん こんにゃく とうり)・香の物	ご飯・味噌汁(豆腐 ふのり ねぎ)・牛乳・煮物(京がんと大根 こんにゃく 本シメジ 大根 ぶき)・温泉卵・香の物(胡瓜 なた)・ヨーグルトアロニアのせ・ウニクラゲ	ご飯・味噌汁(豆腐 ごぼろ 大根菜)・牛乳・焼き鳥盛り合わせ(炭火焼鳥 キャベツ 人参 ブロッコリー トマト)・レンジ炒め煮(レンジ こんにゃく・シチキ・いんげん)・香の物(味噌漬)・もず(酢)	ご飯・味噌汁(豆腐 ごぼろ 大根菜)・牛乳・焼き鳥盛り合わせ(炭火焼鳥 キャベツ 人参 ブロッコリー トマト)・レンジ炒め煮(レンジ こんにゃく・シチキ・いんげん)・香の物(味噌漬)・もず(酢)
昼	昔風ラーメン(がらすー しょう油 たれ ラーメン もやし キャベツ 人参 長葱)・いなり寿司(いなり皮・皮・酢)・香の物(甘酢生葉)・スイカ	焼きたてパン(レーズン・バナナ・牛乳・あんぱん ベーコン&チーズサンド)・じゃがいもポテト・羊玉葱 牛乳 生クリーム・粉パセリ・クラッカー)・サラダ(玉葱 セロリ)・とりわね肉 胡瓜)・コーヒータン	体	スー(カレー)・とり肉 揚げ茄子 南瓜 玉葱 ゆで卵)・キャベツ)・香の物・サラダ(生ハム キャベツ)・香の物	スー(玉葱 肉団子・ピーマン)・炊き込みピラフ(玉葱 ベーコン ミックスコンソメ パター)・サラダ(生ハム 胡瓜 レタス 大根)・福神漬	なめこそば(なめこ・ほうれん草・ナール)・干しそば)・つまり寿司(ウナギ・しめじ・卵・オホツツ)・デザート(白玉抹茶ゼリー・リンゴ煮ミルクルソースかけ)	スー(生葉 野菜 ミックスV)・ミニトースト・バナナ・玉葱・ピーマン・たらこソース・生クリーム・オリブオイル・コンニャク・バナナ)・サラダ(リンゴ・マヨネーズ・ブロッコリー・すりごま)	スー(生葉 野菜 ミックスV)・ミニトースト・バナナ・玉葱・ピーマン・たらこソース・生クリーム・オリブオイル・コンニャク・バナナ)・サラダ(リンゴ・マヨネーズ・ブロッコリー・すりごま)
夕	ご飯・みそ汁(焼き豆腐・庄内鮭・ねぎ)・牛柳(牛バラ肉・豚ロース・玉葱)・人参・セーラー・キャベツ)・フルーツヨーグルト(バナナ・フルーツ缶)・香の物・ピタパン菜お浸し	ご飯・中華スープ(わかめ メンマ 春雨)・手作り・えび入り大焼売(えび入り大焼売 白菜 トマト 調味料)・中華サラダ(中華クラゲ 胡瓜 人参 もやし)・香の物	ご飯・赤だし味噌汁(なめこ 絹豆腐 みつゆ)・お刺身盛り合わせ(マグロ・ホタテ・いか えび 大根 小松菜)・ズッキーナの炒め煮(人参 生揚げ こんにゃく 青葉)・めかふの茎・もずくさんしょうの茎	ご飯・味噌汁(ちじみ菜 すりし)・とりササミカ焼き(とりササミ 豚ロース 青のり 生野菜 トマト)・奴豆腐(大根おろし なた)・香の物	たい飯(たいのアラ・人参・きめさや・味付き椎茸)・漬汁(そうめん・三つ巴・万能ねぎ)・盛合せ(厚焼玉子 ほうれん草のお浸し)・とりから揚げおろし(せ)・茄子の味噌炒め(茄子・ピーマン・みそ)・香の物(紅しょうが)	たい飯(たいのアラ・人参・きめさや・味付き椎茸)・漬汁(そうめん・三つ巴・万能ねぎ)・盛合せ(厚焼玉子 ほうれん草のお浸し)・とりから揚げおろし(せ)・茄子の味噌炒め(茄子・ピーマン・みそ)・香の物(紅しょうが)	たい飯(たいのアラ・人参・きめさや・味付き椎茸)・漬汁(そうめん・三つ巴・万能ねぎ)・盛合せ(厚焼玉子 ほうれん草のお浸し)・とりから揚げおろし(せ)・茄子の味噌炒め(茄子・ピーマン・みそ)・香の物(紅しょうが)	たい飯(たいのアラ・人参・きめさや・味付き椎茸)・漬汁(そうめん・三つ巴・万能ねぎ)・盛合せ(厚焼玉子 ほうれん草のお浸し)・とりから揚げおろし(せ)・茄子の味噌炒め(茄子・ピーマン・みそ)・香の物(紅しょうが)
	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	
朝	ご飯・みそ汁(豆腐・長葱)・牛乳・さんま蒲焼盛合せ(小松菜 焼ちくわ)・とろろ芋(花かつお)・香の物	ご飯・みそ汁(豆腐 ねぎ ふのり)・牛乳・ベーコンエック(ベーコン 生野菜 くだもの)・切り干し大根中華炒め(切り干し大根 いか)・ごま油・人参・いんげん・コンニャク)・香の物	ご飯・みそ汁(小松菜 はんぺん 人参)・牛乳・野菜のソテー(豚小間切・生椎茸 本しめじ 人参 もやし)・玉葱・キャベツ)・絹豆腐くず煮(絹豆腐・味付き椎茸 カニカマ)・香の物(胡瓜)	ご飯・みそ汁(絹豆腐 長ネギ 生のり)・牛乳・焼き魚(魚 大根おろし)・きだもの・ひじきの炒め煮(ひじき・油揚げ・味付き椎茸)・香の物	ご飯・みそ汁(きやべつ・にら・えのき)・天ぷら盛合わせ(尾付き海老・茄子・南瓜・生鮭・大根おろし)・もず・天つゆ)・白和え(豆腐・黒コンニャク・ほうれん草)・香の物(みそ 豆腐・玉子)・香の物(カツお漬)	ご飯・みそ汁(南瓜 エリンゲ 万能ねぎ)・牛乳・煮物(椎茸・京がんと大根 人参・焼きちくわ・いんげん)・納豆オクラ入り(オクラ・長ネギ・野豆)・香の物(玄米漬)・人参の卵とし	ご飯・みそ汁(しめじ 豆腐 長葱)・牛乳・伊東の天ぷら(角天 大根おろし トマト)・山菜の炒め煮(わらび 山菜水煮 コンニャク 鯖缶)・胡瓜	ご飯・みそ汁(本しめじ 天ぷら 長葱)・牛乳・野菜入りオムレツ(卵)・ひじきの煮物(生野菜 トマト)・黒コンニャク炒め物(黒コンニャク・いんげん)・ごぼろ・人参・とりごぼろ)・香の物(べつら漬)
昼	みそ汁(椎茸 ねぎ 花魁)・かきとじ(カキフライ・玉葱・竹の子・生椎茸・みつば・卵・もみり)の子・お浸し(ほうれん草・花かつお)・香の物(べつら漬)・くだもの(ブルーベリー 黄桃)	焼きたてパン(フレンチトースト・ミニコンソメ・勝あんぱん)・ビネストローネ(にんにく・羊・キャベツ)・人参・トマト・水炊き(ベーコン・ローリー)・デザート(アイスクリーム)・コーヒータン	鮭雑炊(鮭・ごぼろ・竹の子・みつば・椎茸・みつば・玉子・だし汁)・小さい盛合せ(南瓜コロコック 茄子の甘酢ソース炒め)・チーズ・オレソジ)・香の物(胡瓜)	豚肉ときのこ(豚バラ肉・本しめじ・椎茸 ほうれん草)・ミニ煮(いかに・ごぼう・胡瓜・オホツツ)・サラダ(白菜・ブロッコリー)・甘酢ソース・生葉	スー(大根 ごぼろ 長葱)・北湘ナムル(鶏肉・玉葱・ピーマン・人参・オムレツ・生クリーム)・トマトの中華サラダ(中華クラゲ トマト)・福神漬	鍋焼みょうどん(うどん だし汁 味付きキャベツ 油揚げ 大根 ほうれん草 なた)・根菜金平(大根・人参・ごぼろ)・デザート(フルーツ盛り合わせ)	スー(トマト水菜・なす・ローリーキャベツ)・焼立てパン(カマエカニ・バナナ・焼肉・ポテト)・サラダ(クリームチーズ・トマト)・キャベツ・レタス)・コーヒータン	スー(トマト水菜・なす・ローリーキャベツ)・焼立てパン(カマエカニ・バナナ・焼肉・ポテト)・サラダ(クリームチーズ・トマト)・キャベツ・レタス)・コーヒータン
夕	五穀米入りご飯・豚汁(豚バラ肉 ごぼろ さつま芋 人参 ごぼろ 豆腐 大揚げ 長葱)・盛合わせ(ホタテコロコック・生野菜・オレソジ)・ピーマン・ほうれん草 人参 ビーマン)・香の物(みそ漬)	ご飯・みそ汁(煮魚(昆布・生葉・大根)・スパゲティ・人参・サラダ(スパゲティ ロースハム ゆで卵 胡瓜 玉葱)・香の物(キャベツ漬)	ご飯・みそ汁(ツツバ キャベツ)・とごぼろ(甘えび)・サイロステーキ・キ・玉葱 エリンゲ 南瓜・もやし・ピーマン・ごまだし)・ナムル(小松菜・ほうれん草・えのき・胡瓜・いか)・人参)・香の物(漬漬)	ご飯・みそ汁(きやべつ・にら・えのき)・天ぷら盛合わせ(尾付き海老・茄子・南瓜・生鮭・大根おろし)・もず・天つゆ)・白和え(豆腐・黒コンニャク・ほうれん草)・香の物(みそ 豆腐・玉子)・香の物(カツお漬)	ご飯・みそ汁(エリンゲ 南瓜)・豚ロース塩焼(塩焼・豚ロース・生葉・キャベツ 生野菜 パイン)・炒り豆腐(長葱 人参 長葱 ひと肉 豆腐)・玉子)・香の物(カツお漬)	鍋焼みょうどん(うどん だし汁 味付きキャベツ 油揚げ 大根 ほうれん草 なた)・根菜金平(大根・人参・ごぼろ)・デザート(フルーツ盛り合わせ)	ご飯・みそ汁(しめじ 豆腐 長葱)・牛乳・伊東の天ぷら(角天 大根おろし トマト)・山菜の炒め煮(わらび 山菜水煮 コンニャク 鯖缶)・胡瓜	ご飯・みそ汁(じゃが芋 はんぺん 大根菜)・豚汁(豚ロース・竹の子 白海・玉葱 紅しょうが)・ほつきサラダ(ほつきサラダ 胡瓜・玉葱)・わかめとイカの酢の物(ワカメイカ・酢みそ)