



| 日付  | 完了期                                     | 後期                             | 中期                        | 初期                                |
|-----|---|--------------------------------|---------------------------|-----------------------------------|
| 01金 | 御飯 ほうじ茶 ビーフシチュー 大根サラダ パナナ               | 全粥 ビーフシチュー ゆでブロッコリー ミルク        | きな粉粥 野菜スープ 野菜のミルク煮        | きな粉粥 野菜スープ 野菜のミルク煮                |
| 02土 | 御飯 みそ汁 豆腐のそぼろみそかけ ほうれん草のナムル もも缶         | 全粥 みそ汁 豆腐と野菜の煮物                | 全粥 野菜スープ 豆腐と野菜の煮物         | つぶし粥 野菜スープ 豆腐と野菜のペースト             |
| 07木 | 御飯 納豆汁 カレイの煮付け きんぴらごぼう えだまめ トマト         | 全粥 みそ汁 蒸し魚のあんかけ ジャが芋のソテー       | 全粥 野菜スープ 蒸し魚のあんかけ ジャが芋の煮物 | つぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ジャが芋にんじんのペースト |
| 08金 | 豚丼 豆腐みそ汁(わかめ) せん野菜(キャベツ) りんご            | 全粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮          | 全粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮     | つぶし粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮           |
| 09土 | 御飯 味噌汁 厚揚げのケチャップ煮 ほうれん草と白菜のお浸し みかん缶     | 全粥 澄まし汁 厚揚げのケチャップ煮 ほうれん草の和え物   | 全粥 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ        | つぶし粥 野菜スープ 豆腐の野菜ペースト              |
| 11月 | 御飯 のっぺい汁(鶏肉) ほっけの塩焼き なすの味噌煮 納豆 パイナップル   | 全粥 のっぺい汁(鶏肉) ほっけの塩焼き ボイル野菜     | 全粥 野菜スープ 里芋の煮物            | 全粥 野菜スープ 里芋のペースト                  |
| 12火 | 御飯 かき玉汁(ねぎ) ニラレバ炒め 南瓜の甘煮 グレープフルーツ       | 全粥 すまし汁 ニラレバ炒め 南瓜の甘煮           | 全粥 野菜スープ 鶏肉と野菜煮 南瓜のミルク煮   | つぶし粥 野菜スープ 鶏肉とかぼちゃのペースト           |
| 13水 | タンメン ほうじ茶 りんご チーズ(棒) きゅうりとわかめの酢の物       | 煮込みうどん ほうじ茶 チーズ(棒)             | 煮込みうどん ほうじ茶               | くたくたうどん ほうじ茶                      |
| 14木 | 御飯 豆腐みそ汁(あげ) さばとごぼうの煮つけ ビーフンと野菜のソテー トマト | 全粥 豆腐の味噌汁 たららのトマト煮 ビーフンと野菜のソテー | 全粥 野菜スープ(汁のみ) たららのトマト煮    | つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) たららのトマト煮          |
| 15金 | 御飯 ほうじ茶 ホワイトシチュー カリフラワーとたまごのサラダ パナナ     | 全粥 お茶・麦茶 ホワイトシチュー ボイルブロッコリー    | 全粥 野菜スープ 鶏レバーのミルク煮        | チーズ粥 野菜スープ ジャが芋とにんじんのペースト         |
| 16土 | 御飯 みそ汁 厚揚げとじゃがいものそぼろ煮 トマトのサラダ みかん缶      | 全粥 みそ汁 豆腐の煮物                   | 全粥 野菜スープ 豆腐と野菜の煮物         | つぶし粥 野菜スープ 豆腐と野菜のペースト             |
| 18月 | 御飯 なめこ味噌汁 さんまの塩焼き ひじきと大豆の炒り煮 納豆 りんご     | 全粥 なめこ味噌汁 白身魚の塩焼き ひじきと大豆の炒り煮   | 全粥 野菜スープ 白身魚の野菜あんかけ       | つぶし粥 野菜スープ 白身魚と野菜のペースト            |

| 日付  | 完了期  | 後期                               | 中期                              | 初期                          |
|-----|--|----------------------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| 19火 | ちらし寿司 わかめスープ ちくわの磯辺揚げ きゅうりの昆布和え フルーツヨーグルト  | 全粥 わかめスープ たららの煮つけ きゅうりの塩もみ       | 全粥 野菜スープ(汁のみ) 白身魚の煮つけ ジャが芋のミルク煮 | きな粉粥 野菜スープ(汁のみ) ジャが芋のミルク煮   |
| 20水 | サラダうどん ほうれん草のナムル お茶・麦茶 チーズ パナナ             | 煮込みうどん ミルク                       | 煮込みうどん 野菜スープ                    | くたくたみうどん 野菜スープ              |
| 21木 | 御飯 みそ汁 鮭の香草揚げ ジャがいも炒め グレープフルーツ             | 全粥 みそ汁 ジャがいも炒め                   | 全粥 野菜スープ 野菜のミルク煮                | 鮭のレーク粥 野菜スープ 野菜のミルク煮        |
| 22金 | ご飯 カレー 福神漬 温野菜(ブロッコリー・キャベツ) ほうじ茶 オレンジ      | 全粥 お茶・麦茶 ミルクシチュー オレンジ            | 全粥 野菜スープ(汁のみ) レバーのミルク煮          | チーズ粥 野菜スープ(汁のみ) 野菜のミルク煮     |
| 23土 | ご飯 みそ汁 凍り豆腐のふわふわ煮 ほうれん草の納豆和え みかん缶          | 全粥 みそ汁 凍り豆腐の煮物 ほうれん草の納豆和え        | 全粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜の煮物          | つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜の煮物    |
| 25月 | 御飯 豆腐みそ汁(なめこ) 鶏肉の竜田揚げ トマトのサラダ(いんげん) パイナップル | 全粥 豆腐みそ汁 鶏肉の竜田揚げ トマトのサラダ         | 全粥 豆腐みそ汁 ジャが芋のそぼろ煮              | 全粥 みそ汁の上澄み ジャが芋にんじんのペースト    |
| 26火 | 御飯 豆腐みそ汁(あげ) 赤魚の煮つけ ポテトサラダ オレンジ            | 全粥 豆腐みそ汁(あげ) 赤魚の煮つけ ポテトサラダ       | 全粥 野菜スープ 白身魚とジャが芋の煮物            | つぶし粥 野菜スープ 豆腐と野菜のペースト       |
| 27水 | 冷やし中華 切り干し大根と里芋の煮物 麦茶 桃のヨーグルト              | 冷やし中華 麦茶 ヨーグルト                   | 冷やしそうめん ほうじ茶                    | 冷やしそうめん ほうじ茶                |
| 28木 | ご飯 みそ汁 たらフライ ごぼうきんぴら スイートポテトサラダ キウイフルーツ    | にんじん粥 みそ汁 鮭のソテー さつま芋の甘煮          | たら粥 野菜スープ(汁のみ) さつま芋の甘煮          | きな粉粥 野菜スープ(汁のみ) 大根とにんじんの昆布煮 |
| 29金 | 親子丼 みそ汁 せん野菜(キャベツ) 枝豆 トマト                  | 全粥 みそ汁 野菜くたくた煮                   | 全粥 みそ汁 野菜くたくた煮                  | つぶし粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮     |
| 30土 | 御飯 みそ汁(かぼちゃ) 豆腐のおとし揚げ ひじきと大豆の炒り煮 みかん缶      | 全粥 みそ汁(かぼちゃ) 豆腐のおとし揚げ ひじきと大豆の炒り煮 | 全粥 野菜スープ 豆腐の野菜あんかけ              | つぶし粥 野菜スープ 豆腐の野菜のペースト       |

