

	味噌汁(椎茸・長葱)	味噌汁(小松菜・玉葱)		清まし汁(ネギ・ミツバ)	味噌汁(高野豆腐・長葱)	味噌汁(キャベツ・カイワレ)	味噌汁(長芋・カイワレ)
3時	やわらかおかき(コンポート・ジュ)	熊本銘菓・おてもやん	やわらかサブレ(ココア)	はっさく	プリン	ぽんせん　しょうゆ味	エクレア
	20	21	22	23	24	25	26
朝食	ご飯 オムレツ いんげんのピーナツ和え 味噌汁(青梗菜・油揚げ) フルーツカクテル&ヤクルト	ご飯 魚肉ソーセージ炒め煮 南瓜サラダ 味噌汁(庄内麩・水菜) キウイフルーツ	ご飯 生揚げ煮 蓮根サラダ 味噌汁(茄子・アサキ) カラダ強くするヨーグルト	ご飯 三色いなり煮 ポテトサラダ 味噌汁(玉葱・ミツバ) 黄桃&ヤクルト	ご飯 温泉卵 ひじき煮 味噌汁(キャベツ・カイワレ) バナナ	ご飯 筑前煮 ブロッコリーの明太サラダ 味噌汁(高野豆腐・カイワレ) パイン&ヤクルト	ご飯 まぐろフレーク煮 とろろ 味噌汁(ふのり・長ネギ) アロエヨーグルト
昼食	～穀雨～ 十八穀ご飯 金目鯛の西京漬焼き 茄子のずんだ和え ウドの酢味噌和え 清まし汁(渦巻き麩・ミツバ)	ご飯 ロールキャベツのトマトシチュー 大根サラダ ブルーンのコンポート	～筍御膳～ 筍ご飯 鯛の塩焼き 筍の土佐煮 筍の木の芽和え 若竹汁	ご飯 マグロの刺身 炊き合わせ 春キャベツしらす和え しじみの赤だし	山菜そば 里芋の柚子味噌煮 紫さつま芋羊羹	ご飯 ～メバルの煮付け～ 小松菜サラダ 白花豆煮 粕汁	バターロール ビーフシチュー シーフードサラダ 青りんごゼリー
夕食	ご飯 豚肉のカレー炒め 茄子ピーマンポン酢和え うずら豆 味噌汁(小松菜・玉葱)	ご飯 ブリの山椒焼き 青梗菜とベーコンソテー 昆布豆煮 清まし汁(ハッパン・カイワレ)	ご飯 鶏肉の松風焼き アスパラサラダ 赤かっぱ漬け 味噌汁(白玉麩・アサキ)	ご飯 肉野菜炒め いんげんの白和え 茶福豆 清まし汁(梅干・トロロ昆布)	ご飯 カレイのパン粉焼き メカブのなめ茸和え きゅうりの即席漬け 味噌汁(里芋・アサキ)	ご飯 鶏肉の塩麴焼き ふきの土佐煮 桜漬け 味噌汁(ネギ麩・長葱)	ご飯 ホタテのバター醤油炒め 南瓜の甘煮 ほうれん草のポン酢和え 清まし汁(オクラ麩・豆苗)
3時	いちご	みかんゼリー	かっぱえびせん	たい焼き	～季節のお茶会～ くず桜と足柄茶	バウムクーヘン	甘夏
	27	28	29	30			
朝食	ご飯 鯛の梅煮 カリフラワーのツナ和え 味噌汁(椎茸・ミツバ) 黄桃&ヤクルト	ご飯 枝豆がんもの煮浸し 春雨サラダ 味噌汁(切干大根・アサキ) オレンジ	ご飯 ニシンの甘露煮 菜の花のお浸し 味噌汁(渦巻き麩・アサキ) フルーツカクテル&ヤクルト	ご飯 南瓜の鶏そぼろあん いんげん胡麻和え 味噌汁(庄内麩・カイワレ) カラダ強くするヨーグルト			
昼食	ご飯 他人煮 さつま芋の黄金煮 蕪のぬか漬け 味噌汁(花麩・貝割れ)	ケリンピースご飯 鮭の味噌照り焼き 茶碗蒸し 新玉葱のしらす和風サラダ 清まし汁(ワカメ・アサキ)	～昭和の日・ 大人のお子様ランチ～ オムライス(混ぜ) ハンバーグ(カレーソース) エビフライ フライドポテト 野菜ジュース	ご飯 鶏肉の塩麴焼き 白菜ときのこの炒めもの きゅうりの即席漬け 沢煮椀			
夕食	ご飯 カレイの煮付け ごぼうサラダ 胡瓜の即席漬け 味噌汁(南瓜・アサキ)	ご飯 鶏肉のピカタ 揚げ茄子とピーマンの炒め 大根の塩昆布和え 味噌汁(豆腐・カイワレ)	ご飯 ブリの山椒煮 もやしの梅おかか和え 昆布豆煮 味噌汁(ネギ・長ネギ)	ご飯 干草焼き ほうれん草と海老のマヨ和え 茄子の茗荷和え 清まし汁(アサ・長葱)			
3時	イチゴクレープ	ソフトサラダせんべい	リングドーナツ(チョコ)	黒糖ふ菓子			