

1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)
<b>赤飯</b> 千草焼き 高野豆腐の煮物 菜の花の胡麻和え 清汁 I補給 - 584 kcal お楽しみおやつ	ご飯 鶏のコーンマヨ焼き アスパラベーコンソテー セロリの和風サラダ 味噌汁 I補給 - 612 kcal お楽しみおやつ	ご飯 海老とナスのチリソース 中華風炒り卵 マヨ春雨 スープ I補給 - 580 kcal お楽しみおやつ	~郷土料理(福岡)~ <b>博多ラーメン</b> がめ煮 おひたし ミニおにぎり I補給 - 543 kcal お楽しみおやつ	ご飯 ねぎ塩チキン ひじき煮 いんげんのごま和え 味噌汁 I補給 - 550 kcal お楽しみおやつ	ご飯 白身魚のレモンムニエル 切干大根桜海老の炒め ハムマカロニサラダ スープ I補給 - 560 kcal お楽しみおやつ
8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)
ご飯 チキンチャップ チンゲン菜の炒め物 大根サラダ スープ I補給 - 530 kcal お楽しみおやつ	ご飯 赤魚のソテー野菜ソースかけ ほうれん草とコーンのソテー かぼちゃサラダ スープ I補給 - 588 kcal お楽しみおやつ	~釜めし~  上飯田名物 お楽しみおやつ	ご飯 ガーリック照り焼きチキン 揚げ茄子の田楽 ピーナッツ和え 清汁 I補給 - 610 kcal お楽しみおやつ	ご飯 白身魚のフリッター じゃが芋のカレー炒め チキンサラダ スープ I補給 - 640 kcal お楽しみおやつ	ご飯 豚肉とごぼうの柳川風 きのことブロッコリーのソテー 里芋梅サラダ 味噌汁 I補給 - 544 kcal お楽しみおやつ
15 (月)	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)
ご飯 豚肉の野菜巻き ビーフソテー キャベツサラダ スープ I補給 - 641 kcal お楽しみおやつ	<b>エビ玉うどん又はそば</b> 竹輪の二色揚げ 果物 ミニいなり I補給 - 520 kcal お楽しみおやつ	ご飯 鶏肉のじぶ煮春野菜ぞえ ふきと桜海老の煮物 さつま芋サラダ 味噌汁 I補給 - 562 kcal お楽しみおやつ	ご飯 アジフライ れんこん金平 青菜のなめ茸和え 味噌汁 I補給 - 562 kcal お楽しみおやつ	<b>ビビンバ丼</b> あんかけ豆腐 果物 味噌汁 I補給 - 548 kcal お楽しみおやつ	ご飯 チキン南蛮 春雨の炒め物 りんごのコンポート スープ I補給 - 650 kcal お楽しみおやつ
22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)
<b>えだ豆とコーンのご飯</b> ホッケの塩焼き 肉じゃが わさび和え 清汁 I補給 - 540 kcal お楽しみおやつ	ご飯 ミルフィーユカツ 小松菜の炒め煮 春雨サラダ 味噌汁 I補給 - 554 kcal お楽しみおやつ	ご飯 豚肉生姜焼き 人参きんぴら ブロッコリーのチーズサラダ 味噌汁 I補給 - 600 kcal お楽しみおやつ	<b>春野菜カレー</b> チンゲン菜のハムソテー セロリサラダ スープ I補給 - 570 kcal お楽しみおやつ	<b>お楽しみメニュー</b>  お楽しみおやつ	ご飯 サバの大葉味噌焼き 切昆布とさつま芋の煮物 もずく酢 清汁 I補給 - 530 kcal お楽しみおやつ
29 (月)	30 (火)	4月4日(木) がめ煮・・・とは 「がめ煮」は福岡の代表的な郷土料理で、博多の方言「がめりこむ」(寄せ集めるの意味)が名前の由来であるという説や、スッポンを野菜と煮た事から始まった料理なので「亀煮」と呼ばれるという説があります。			
<b>カルシウムアップ</b> ご飯&味噌汁 ひじき入り鶏つくね 小松菜とじゃこ炒め フルーツヨーグルト I補給 - 624 kcal お楽しみおやつ	<b>オムライス</b> カリフラワーとエビのサラダ 果物 コーンスープ I補給 - 650 kcal お楽しみおやつ				

※材料仕入れの都合により、多少メニューが変更が変更されることがありますので、ご了承ください。