	日	月	への の // 物 火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5
	今の時期はたけ	のこが旬!	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
朝			さつま揚げの煮物	磯巻き卵	チキンナゲット	千草焼き	高野のサイコロ煮
食	たけのこは、食物繊維が豊富で腸内環境を整え		味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	る効果があります。便秘予防に効果的です。		漬物	漬物	梅干し	漬物	漬物
			ごはん	春のお花見弁当	ごはん	ごはん	ごはん
昼	また、低糖質・低GIで血糖値の上昇を抑え急激		鶏のマリネソース焼き	400	枝豆がんもの炊き合わせ		白身魚の竜田揚げ
食	な変動を抑える効果もあります。		一口がんもの煮物		大根と豚の金平	白ナと鶏の炒め物	白菜と鶏の煮物
	ご飯の量を減らし、たけのこを増やした炊き込み		キャヘッのアイラント・トレサラタ・ 味噌汁		味噌汁フルーツ	南瓜サラダー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	カリフラワーのハ`ンハ`ント`レサラタ゛ 味噌汁
			ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	ご飯や炒め物にすることで、糖質を抑えつつ、満足感のある食事が可能になります。		ホキの揚げ浸し	肉じゃが	鯵の香味焼き	豚の和風炒め	オレンジチキン
タ 食			豚の塩だれ炒め	キャヘッと平天の炒め物	絹揚げのそぼろ煮	かにシューマイ	うまい菜とベーコンの炒め物
及			大根の大葉ドレサラダ	奴豆腐		隠元のおからサラダ	味噌汁
			味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	フルーツ
			1420kcal	1536kcal	1448kcal	1430kcal	1488kcal
	6	7	8	9	10	11	12
	パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
^	ハムチーズピカタ	大豆ミートバーグ	洋風だし巻き	照り焼き風肉団子	ポテトミンチ巻き	ボロニアソーセージ	プレーンオムレツ
食	豆乳スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	フルーツ	ちりめん佃煮	漬物	漬物	梅くらげ	漬物	漬物
	ポークカレー	桜の散らし寿司	ごはん	ごはん	あさりの卵とじ丼	鶏南蛮そば	ごはん (************************************
屈	漬物	絹揚げと昆布の煮物	豚の胡麻醬油炒め	鯖の塩焼き	大豆とこんにゃくの煮物	ごぼうと豚の炒り煮	鰆の照り焼き
食	キャヘッとツナのソテー	隠元のスローサラダ゛ 味噌汁	鰯つみれの煮物 刻みとろろの梅和え	ひきないり(福島郷土) 味噌汁	春雨サラダ 豚汁	さつま芋サラダ 	じゃが芋のそぼろ煮 ブロッコリーの白ごま和え
	ホタテフライ フルーツ	**小中日 /	刻みとううの悔和え	味噌汁 フルーツ	NAV		/ ロッコリーの日こま和え 味噌汁
	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
_	赤魚の焼き浸し	鶏と里芋の煮込み	ホッケのたれ焼き	蒸し鶏の油淋ソース	 秋刀魚の生姜煮	銀ひらすの西京焼き	豚と白菜のすき煮
~	大根と豚の煮物	烏賊袱紗焼き	青梗菜と鶏の炒め物	キャヘッとウインナーの炒め物	蓮根の炒め生酢	高野のサイコロ煮	はたけ菜とツナの炒め物
艮	フ゛ロッコリーのハ゛シ゛ルト゛レサラタ゛	大根の塩麴ドレサラダ	もやしの香味ドレサラダ	法蓮草の胡麻ドレサラダ		菜の花のピリ辛和え	味噌汁
	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁		清汁	漬物
	1539kcal	1457kcal	1347kcal	1440kcal	1450kcal	1457kcal	1373kcal
	13	14	15	16	17	18	19
	パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん
	擬製豆腐	カニカマ入りだし巻き卵	チキンピカタ	お魚厚揚げの煮物	法連草オムレツ	かに玉	絹揚げのそぼろ煮
	小松菜と豚肉のスープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁	味噌汁
	フルーツ	漬物	漬物	漬物	漬物	漬物	漬物
	ごはん	ごはん	ごはん	ディ + /	1		
				ごはん	チキンカレー	しまなみ海道散らし寿司	ごはん
	白身魚の中華あん	豚のバター醬油炒め	合鴨スライスと千草焼き	ホキソテーのオニオンソース	漬物	金時豆煮	鶏のから揚げ
全食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物	合鴨スライスと千草焼き 春キャヘ゛ッとあさりのソテー	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮	漬物 カニクリームコロッケ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し
全食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え	合鴨スライスと千草焼き 春キャヘ゛ッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え	金時豆煮	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐
全食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ	合鴨スライスと千草焼き 春キャヘ・ツとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーグ・ルトハチミツソース	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁
全食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケ・ルトハチミッソース ごはん	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん
単食 タ	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アフ・ラカ・レイのケ・リル	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケ・ルトハチミッソース ごはん 豚カツの卵とじ	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロガネダラの香草パン粉焼き
単食 / ク	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケ・ルトハチミッソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロガネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー
単食 タ	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパ [°] ラのマヨサラダ	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャベッのお浸し	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケ・ルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ヘーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ
単食 タ	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのケリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケ・ルトハチミッソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロガネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー
単食 タ	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのケリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミッソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁
単食 タ	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャベッのお浸し 味噌汁 1474kcal	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロガネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal
<u>ゆ</u> 食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラがレイのグリル ふかしじゃが キャベッのお浸し 味噌汁 1474kcal	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ヘーコンと枝豆のソテー 大根の大葉トレサラダ 味噌汁 1498kcal 26
<u>ゆ</u> 食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャベッのお浸し 味噌汁 1474kcal ごはん	合鴨スライスと千草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁
<u> </u>	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アプラガレイのグリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンチキン 味噌汁 梅干し	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロガネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 漬物
<u>ゆ</u> 食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンチキン 味噌汁 梅干し ビビンバ	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 漬物 ごはん
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アプラカ・レイのグ・リル ふかしじゃが キャヘ・ツのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンチキン 味噌汁 梅干し ビビンバ 烏賊袱紗焼き	合鴨スライスと千草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと鶏の炒め物	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん かれいの魚田	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん 蒸し鶏ごまソース	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ヘ・ーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ト・レサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 漬物 ごはん 三色稲荷の炊き合わせ
昼食 夕食 朝食 昼食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の炒め物	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラがレイのグリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンチキン 味噌汁 梅干し ビビンバ 烏賊袱紗焼き ブロッコリーのおから和え	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまい菜の炒め物	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん かれいの魚田 切干大根の煮物	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん 蒸し鶏ごまソース 蓮根と豚の煮物	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 漬物 ごはん 三色稲荷の炊き合わせ 大根とイカの炒め物
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の炒め物 コールスローサラダ	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アプラカ・レイのグ・リル ふかしじゃが キャヘ・ツのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンチキン 味噌汁 梅干し ビビンバ 烏賊袱紗焼き	合鴨スライスと千草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと鶏の炒め物	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん かれいの魚田 切干大根の煮物 スパサラダ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ 味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 がJフラワーの香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん 蒸し鶏ごまソース 蓮根と豚の煮物 白ナの真砂和え	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 漬物 ごはん ミートオムレツ 味噌汁 さし色稲荷の炊き合わせ 大根とイカの炒め物 さつま芋サラダ
昼食 夕食 朝食 昼食	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の炒め物 コールスローサラダ とろろ汁	豚のバター醬油炒め 鶏ではん アブラがレイのがリル ふかしじゃが キャベッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモンド 株干し ビビンバ 烏賊袱紗焼き ブロッコリーのおから和え 中華スープ	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと鶏の炒め物 ポテトサラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまい菜の炒め物 パンプキンサラダ	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかつみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん かれいの魚田 切干大根の煮物 スパサラダ 若竹汁	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん 蒸し段下の煮物 白ナの真砂和え 味噌汁	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはん シロがネダラの香草パン粉焼き ヘ・ーコンと枝豆のソテー 大根の大葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごしトオムレツ 味噌汁 漬物 ごはん ミートオムレツ 味噌 漬はん ミートオムレツ 味噌 大根とイカの炒め物 される マーラダ 味噌汁
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大のマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の中サラダ とのようが、	豚のバター醬油炒め 鶏つみれの煮物 法連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラがレイのグリル ふかしじゃが キャヘッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモ噌汁 梅干し ビビンバ 烏賊が焼き ブロッコリーのおから和え 中華スープ ごはん	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根の子ダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと鶏の炒め物 ポテトサラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーケルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまい菜の炒め物 パンプキンサラダ ごはん	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかみれ 味噌汁 ちりめん佃煮 ごはん かれいの魚田 切干ナサラダ 若竹汁 ごはん	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごは巻き卵 味噌汁 漬物 ごまソース 蓮根と豚の 白ナット 白ナット はん 素し、こまでの 高野の ではん だしきが はん だしきが はん だしきが はん だしきが はん だしきが はん だしきが にできる。 だしきが はん だしました。 だしました。 だしました。 だしました。 だしました。 だしました。 だしました。 だしました。 だしは、こまで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これで、これ	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはんシロがネダラの香草パン粉焼き ベーコンと枝葉ドレサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌 漬物 ご 色稲 さん シート ・ で で で で で で で で で で で で で で で で で で で
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大のマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんンソメスープ フルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーサラダ とろろ汁 ごはん 豚ともやしの野菜炒め	豚のバター醬油炒め 鶏ではん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャペッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモン 味噌 十 ビビンバ 烏賊 ボーのおから和え 中華スープ ごはん タージュ はん レモン は はいまかられる はいまかられる はいまかられる はいまかられる はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまから。 はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまからのと はいまから とっと もっと とっと とっと とっと とっと とっと とっと とっと とっと	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかしと鶏の炒め物 ポテトサラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまい菜の炒め物 パンプキンサラダ ごはん ぶりの照り焼き	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いかされ 味噌りめん佃煮 ごはん かれて大りの魚田 切干大りの魚田 切・大りの魚田 切・大りの魚の煮物 スパナラが 若竹汁 ごはん プレーンコロッケ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 がリフラワーの香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻き卵 味噌汁 漬物 ごはん だし繋きが はん 素しました。 直根と豚のみれえ 味噌汁 ごはん だし残かののでは、 が、 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいる。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はにました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 はいました。 とった。 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはんシロがネダラの香草パン粉焼き へ・コンと枝豆のソテー 大根で汁・レサラダ 味噌汁 1498kcal 26 ごはん ミートオムレツ 味噌 漬はん ミート汁 漬物 ご 色 稲 荷 の 炊き 合 わせ 大根とギサラダ 味噌汁 ごはん ま芋 味噌 にはん まず はん まず はん まず はん まで とった かり まで はん まで はん まで はん まで はん まで はん まで はん まで はん まで はん まで はん まで まで とった もり まで はん まで まで はん まで まで ま
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の一サラダ とろろ汁 ごはん 豚ともやしの野菜炒め 肉シューマイ	豚のバター醬油炒め 鶏ではん アプラカレイのグリル ふかっでお シージュ ごはん アプラカレイのグリル ふかいのお きででいる キャベッのお はん レモ噌汁 1474kcal 21 ごはん レキン 味噌 サーし ビビンバ 鳥賊 ボシリコノーのお 中華 にはの生姜 ではの生姜 ではの生姜 ではの生姜 でいる にいる はののではいる はののではいる にはののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 はののでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでし。 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでと。 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでと。 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでと。 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでは、 とのでも、 とっと。 とっと。 とのでも、 とっと。 とのと。 とのと。 とのと。 とのと。 とのと。 とのと。 とのと。	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごよん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと サラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味漬物 ごはん クリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん がりの照り焼き ひじきの煮物	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の味噌煮 蓮根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごいか門汁 ちりめん いれい味噌めん かれい味りめん かれいまりがある がれいれる がれいれる ではん かれいまりがある がれいないの がいれいないがある がいれいないがある がいれいないないないないないないないないないないないないないないないないないない	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だし巻: ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはんシロがネダラの香草パン粉焼き ヘ・コンと枝豆のソテー 大根噌汁 1498kcal 26 ごトナオムレツ 味噌 漬はん ミート汁 漬がん 三根とイカの炒き合物 されますサラダ 味噌はん 豚はん まサラダ 味噌はん 豚はん またしていり ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏のモ大根の類素し 切干プのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんシンメスーク フルーツ ごはん 煮のの一サラグ メルーツ ごはん 水根ととの メルーツ ごはん がいかがいたし メルーツ ごはん がいかがいたし メルーションがはいかがいた。 メルーションがはいた。 メルーションがはいる。 ないないのではいかがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 でいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがいた。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがいるがい。 はいるがい。 はいるがいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいるがい。 はいながい。 はいるが	豚のバター醬油炒め 鶏車草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラかしてのかりい かいでお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん ン味噌干し にはん ン味噌干し に対けれるから を対けれるが はん シャー はん シャー はん シャー はいまから はいまから ないまから ないまから でいが、 はの生き でいからのの でいが、 はの生きが、 でいずを はの生きが、 でいずる。 はの生きが、 でいずる。 はの生きが、 でいずる。 はのままからののでまます。 がいでは、 はのままからのでまます。 でいて、 はのまます。 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 はのままが、 でいて、 でいて、 はのままが、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいて、 でいていて、 でいていていて、 でいていて、 でいていていて、 でいていていて、 でいていて、 でいていて、 でいていていていていていていていていていていていていていていていていていていて	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤根の山椒焼き 大パ噌汁 1388kcal 22 ごはん メマ噌汁 22 ごはん メマウ 味噌 動かめうどん もやトナラダ はの香葱吹りめり ボテトサラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん グリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん がいの照り焼き ひじきの煮物 大根のごま酢	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いではいかれ 味りめん いいはいかの魚の魚の はんかれて、サラボはん がれて、サラボはん がれて、サラボはん がれて、サラボないのかかった。 こが、カーツのかめ はが、カーツのかめ はが、カーツのかめ はが、カーツのかが、中で、アール・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはとき ではしき がはいき はいき がはいました はいき がはいました はいき がはいました ではいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいました はいと はいと はいと はいと はいと はいと はいと はいと はいと はいと	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・球によん シロがネタラの香草パン粉焼き へ・コンと枝葉ドレサラダ・ 味噌汁 1498kcal 26 ごよート・計 漬はん はん カムレツ 味噌物 ご色根とますとしたで、 はいたがきないで、 はいたがきないで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいたがで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はい
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の塩麹蒸し 切干大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コンソメスープ フルーツ ごはん メルの煮付け 大根と豚の一サラダ とろろ汁 ごはん 豚ともやしの野菜炒め 肉シューマイ	豚のバター醬油炒め 鶏車草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかいじいお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモ噌汁 にはん レモ噌汁 にはが 大神でが、かられた では、 にはが、 はいまかられた では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤根のそぼろ煮 スパサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごよん メヌケの焼き浸し 味噌汁 漬物 わかめうどん もやしと サラダ	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味漬物 ごはん クリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん がりの照り焼き ひじきの煮物	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはん 鯖の根金平 白菜の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いではいかれ 味りめん いいはいかの魚の魚の はんかれて、サラボはん がれて、サラボはん がれて、サラボはん がれて、サラボないのかかった。 こが、カーツのかめ はが、カーツのかめ はが、カーツのかめ はが、カーツのかが、中で、アール・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・ア・	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしき がはしいでは がはいまり はいではいいではいいです。 はいではいいではいいではいではいいではいいではいいではいいではいいではいいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵豆腐 味噌汁 ごはんシロがネダラの香草パン粉焼き ヘ・コンと枝豆のソテー 大根噌汁 1498kcal 26 ごトナオムレツ 味噌 漬はん ミート汁 漬がん 三根とイカの炒き合物 されますサラダ 味噌はん 豚はん まサラダ 味噌はん 豚はん またしていり ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないではん ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、ないでは、
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の 味噌汁 フルイ ごはん 鶏の田大力のマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パでカンメスーク プンが、カーカーの ガルルーツ ごはのの がでカンノーツ でカンガーク ガルの がいかが、カーサーが、カールカー がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたいの がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がいたい がい がい がい がい がい がい がい がい がい が	豚のバター醬油炒め 鶏車草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかいじいお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモ噌汁 にはん レモ噌汁 にはが 大神でが、かられた では、 にはが、 はいまかられた では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤根のみでが 味噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌ噌汁 1388kcal 22 ごはん メヌ噌汁 漬物 わかしと発し 味漬物 わかしと鶏の炒め物 ポテトサラダ にはの香藤を味噌だれ キャベッとツナのマリネ 味噌汁	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやじし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクラン ボカッグ 味漬物 ごはん クリまいプイン はん クリまいプキンサラダ ごはん グリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん がじきのごま物 大根のでます 味噌汁	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンのかめ はんいかかった。 マルカーツ ながけった。 マルカーのかり ながいからないのからないができます。 アルカーのからないができます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいからないが、はいからないが、またが、はいからないが、またが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないがっないがっからないが、はいがっないがっないがいが、はいからないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしき がはしいでは がはいまり はいではいいではいいです。 はいではいいではいいではいではいいではいいではいいではいいではいいではいいでは	鶏のから揚げ 菜のでの 家のででの 家のででではいる。 シロガースをででですが、 大味噌汁 1498kcal 26 ごは、したでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、
昼食 	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コルーツ ごはん メルーツ ごはん メルの煮 付け 大根とある 大根としの野菜 炒め 肉シュイ 味噌汁 フルーツ 1386kcal	豚のバター醬油炒め 鶏連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラがレイのグリル ふかべッのお キャベッのお 大学 はん レモ噌汁 はん レモピンバ 烏世ンバ 烏世ンバ 烏ボッコリーのよから和え 中華ス ではの 生姜 かリフラワーのマヨサラダ 豚汁 1408kcal	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤魚の山椒焼き 大パサラダ 味噌汁 1388kcal 22 ごメヌケの焼き浸し 味噌 漬物 わかとと いまかりとん もやテトサラダ ごはん メマウン はん メマウン はん リカかめうどん もやラッと によった。 はん はいかした。 はん はいかした。 はん はいかした。 はん はいかした。 はいかした。 はいかした。 はいかした。 はいかした。 はいかのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいのでは、 はいで、 はいのでは、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 はいで、 は	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚かやしの生佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味漬物 ごはん クリエッグ はん クリまい プトュー うパン プトンサラダ ごよん ジリー ない サラダ ごよん がしの 照り焼き ひじきのごま酢 味噌汁 1527kcal	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンのかめ はんいかかった。 マルカーツ ながけった。 マルカーのかり ながいからないのからないができます。 アルカーのからないができます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいからないが、はいからないが、またが、はいからないが、またが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないがっないがっからないが、はいがっないがっないがいが、はいからないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしき がはしいでは がはいまり はいではいいではいいです。 はいではいいではいいではいではいいではいいではいいではいいではいいではいいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮 喇・噌汁 ごはんシロガネダラの香草パン粉焼き へ、大味噌汁 1498kcal 26 ごはしたは ではたいサラダ ははしたかけた はは、カーツ は、1498kcal をはたいかり は、1498kcal ともしたが は、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは、1498kcal とは とは、
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝	白身魚の中華あん 筍と昆布の 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の大大のマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんが、入りだし巻き卵 フルーツ ごはん 大田ととの メルーツ ごはん 大田ととの メルーツ ごはん 大田ととの メルーツ ごはん 大田ととの メルーツ でンがよスープ フルーツ ごはん 大田ととの メルーツ ではん 大田ととの ないは、の 大田の野菜炒め 大田・マイ マーツ でいっか はんもやしの野菜炒め 大田・マイ マーツ でいっか でいっか はん たいっか でいっか はん たいっか でいっか はん たいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか はん たいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか でいっか	豚のバター醬油炒め 鶏連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかしじゃが キャペッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レ・味噌・十 にはん レ・味噌・ト にはいが、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまりでは、 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまする。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいまなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいな。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいなる。 はいな	合鴨スライスと干草焼き 春キャベッとあさりのソテー 手作り胡麻豆腐 味噌汁 ごはん 赤根のそが 味噌汁 1388kcal 22 ごメヌケの焼き浸し 味漬物 わかしとサラダ ごはん メマウン ではん メマウン ではん サラダ ではん メマウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン ではん スパウン では、ない スパウン では、ない スパウン でが、ない スパウン でが、ない スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン とい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい ない スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン はい スパウン とい ない スパウン はい スパウン とい ない スパウン とい とい とい とい とい とい とい とい とい とい とい とい とい	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味噌汁 漬物 ごはん クリームシチュー うまいプキンサラダ ごはん ぶりの照り焼き ひにきの煮物 大根のごま酢 味噌汁 1527kcal 30	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンのかめ はんいかかった。 マルカーツ ながけった。 マルカーのかり ながいからないのからないができます。 アルカーのからないができます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいからないが、はいからないが、またが、はいからないが、またが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないがっないがっからないが、はいがっないがっないがいが、はいからないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしき がはしいでは がはいまり はいではいいではいいです。 はいではいいではいいではいではいいではいいではいいではいいではいいではいいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・マロウン ではいます。これではいます。これでは、シロガースをでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、大きでは、カード・カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝	白身魚の中華あん 筍と昆布の煮物 味噌汁 フルーツ ごはん 鶏の大根の煮物 アスパラのマヨサラダ・ 味噌汁 1476kcal 20 パン でんぶ入りだし巻き卵 コルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん メルーツ ごはん 豚の上の野菜 大田とれて 大田ともやしの野菜炒め 肉・マイ 味噌汁 フルーツ 1386kcal 27 パン	豚のバター醬油炒め 鶏連草の山葵和え ポタージュ ごはん アブラガレイのグリル ふかへッのお浸し 味噌汁 1474kcal 21 ごはん レモ噌汁 梅干し ビビンバ 烏賊 ボリーのおから和え 中華 よん 要する ではる ロッコリーのおから和え 中華 よん 繁金 エリフラワーのマヨサラダ 豚汁 1408kcal 28	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作りはん 赤根のそが 味噌汁 ご魚魚のそが 味噌汁 1388kcal 22 ごよなかの焼き浸し 味清物 わかしとサラダ ではのですが はの香葱ツナのというが はの香葱ツナのマリネ 味噌汁 1406kcal 29 ご品噌汁	ホキソテーのオニオンソース 高野のサイコロ煮 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚カツの卵とじ もやしの土佐酢和え 赤だし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スクランブルエッグ 味漬物 ごはん クリ・エッグ 味漬物 ごはん クリ・コー うまいプキンサラダ ごはん ぶりの照り焼き ひじきのごま物 大根のごま酢 味噌汁 1527kcal 30 ごはん	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンのかめ はんいかかった。 マルカーツ ながけった。 マルカーのかり ながいからないのからないができます。 アルカーのからないができます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいかできます。 アルカーのからないが、はいからないが、はいからないが、またが、はいからないが、またが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないが、はいからないがっないがっからないが、はいがっないがっないがいが、はいからないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっないがっ	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしき がはしいでは がはいまり はいではいいではいいです。 はいではいいではいいではいではいいではいいではいいではいいではいいではいいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・マロウン ではいます。これではいます。これでは、シロガースをでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、大きでは、カード・カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝	白身魚の中華あん 寄と見れのの人 はいした。 これのではのでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のののでは、 のののでは、 のののでは、 のののでは、 のののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは、 ののでは	豚のバター醤油炒め 鶏連ーん アン・カン・イのケリル シャーン はん アン・カン・イのケリル シャーン はん シャーン はん 上では、カーカーのでは、カーカーのでは、カーののののののののでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作りが麻豆腐 味噌汁 ご魚魚のそうダ 味噌汁 1388kcal 22 ごはんケケ汁 漬物 わかしとサラダ ではんの焼き 大水噌汁 1388kcal 22 ごはんケケ汁 漬物 かしとサラダ ではの面腐葱・ツナーのマリネ 味噌汁 1406kcal 29 ご品噌含らげ	ホキソテーのオニオンソース 高野かける 味噌汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚ややじしもがでした。 高菜炒め 1418kcal 23 ごはん スク噌汁 漬がはーン・アグリース ではいかがりがいたいでする ではいかがありがでする。 ではいいでする。 ではいいでする。 ではいいでする。 ではいいでする。 ではいいでする。 ではいいではいいでする。 ではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではい	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしきか ではした噌汁 漬はしまいでする。 はいではいでする。 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・マロウン ではいます。これではいます。これでは、シロガースをでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、大きでは、カード・カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝食	白身魚の中華あん ・ は か は か で コル が で コル が が が が が が が が が が が が が が が が が が	豚のバター響油炒め 鶏連ージュージョン・ボットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットでは、アファットではなりでは、アファットでは、アンではないではないではなりではなりではなりではないではなりではないではなりではなりではなりではなりではなりではなりではなりではなりではなりではなり	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあっ豆腐 味噌汁 ご魚魚のとが 味噌はんののそうダ 味噌 1388kcal 22 ごメマ噌汁 1388kcal 22 ごメマ噌物 からしい 1388kcal 22 ごメマ噌かかしとサラダ で	ホキソテーのオニオンソース 高野 け ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚 やかしし 高菜炒め 1418kcal 23 ごはんラウンルエッグ 味漬物 んクラナ かりが かい はいのか サラダ ではののかけ ではいののかけ ではいいが はいのかが ではいいです はいのではのがです。 1527kcal 30 ご 取業 ではない ではない ではない ではない ではない ではない ではない ではない	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしきか ではした噌汁 漬はしまいでする。 はいではいでする。 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮 卵・噌汁 ごはんシロガネダラの香草パン粉焼き へ大味噌汁 1498kcal 26 ごよん まなしいツ 味漬がよん 石の大き はんした汁 漬がは色稲であるか まります。 はいかがある はいかがから はいかがから はいかがかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがいかが はいかがいかが はいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝食	白身魚の中華あん 筍と開汁 フルム 鶏田ではいかでは、 鶏田では、 鶏田では、 のでは、 では、 では、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでは、 のがでがでがでがでがでがでが	豚のバターのおりでは、ボターのでは、ボターのでは、ボターのでは、ボターのでは、ボターのでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッションでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッカンでは、ボッカンでは、ボッシンでは、ボッルのは、ボッカンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシンでは、ボッシン	合鴨スライスと干草焼き 春キャヘッとあさりのソテー 手作りお はんのそうで はんのそうで はんの のそうで はんの がりまる はんケ が はんの がりまる とり はんかい かいしい サラダ ではいる ではいる ではいる ではいる ではいる ではいる ではいる ではいる	ホキソテーのオニオンソース 高野学汁 ヨーゲルトハチミツソース ごはん 豚ややだし 高菜炒め 1418kcal 23 ごより フェッグ 味漬物 だリー・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション・ション	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしきか ではした噌汁 漬はしまいでする。 はいではいでする。 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮 卵・噌汁 ごはんシロガネダラの香草パン粉焼き へ大味噌汁 1498kcal 26 ごよん まなしいツ 味漬がよん 石の大き はんした汁 漬がは色稲であるか まります。 はいかがある はいかがから はいかがから はいかがかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがから はいかがいかが はいかがいかが はいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいではいます。 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は
昼食 夕食 対象 昼食 「日本」 「日本」 「日本」 「日本」 <td>白身魚の中華あん ・ は で で で で で で で で で で で で で で で で で で</td> <td>下のバターのでは、</td> <td>合称</td> <td>ホキソテーのオニオンソース 高野計 ヨーゲルトハチミツソース ごはんの卵とじ もがですがいかしし 赤高菜かりしたがですがある。 1418kcal 23 ごストではいか ではいっかがですがある。 ではいっかがですがある。 ではいっかではいいっかではいいではいいですができる。 ではいっかではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではい</td> <td>漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また</td> <td>金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしきか ではした噌汁 漬はしまいでする。 はいではいでする。 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは</td> <td>鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・マロウン ではいます。これではいます。これでは、シロガースをでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、大きでは、カード・カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの</td>	白身魚の中華あん ・ は で で で で で で で で で で で で で で で で で で	下のバターのでは、	合称	ホキソテーのオニオンソース 高野計 ヨーゲルトハチミツソース ごはんの卵とじ もがですがいかしし 赤高菜かりしたがですがある。 1418kcal 23 ごストではいか ではいっかがですがある。 ではいっかがですがある。 ではいっかではいいっかではいいではいいですができる。 ではいっかではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではいいではい	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ 味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはしきか ではした噌汁 漬はしまいでする。 はいではいでする。 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜の花の煮浸し 卵・マロウン ではいます。これではいます。これでは、シロガースをでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、シロガーのでは、大きでは、カード・カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーのでは、カーの
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝食 昼食	白身魚の中華あん ・ は で で で で で で で で で で で で で で で で で で	下のでは、	合称	ホキソテーのオニオンソース 高・マーケルトハチミツソース ご 下のサイコロー素 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜 の和風 ドレ和え ミルク寒 天 苺ソース ごはん	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはり ではいき はいき はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜のでの 家のででの 家のででではいる。 シロガースをででですが、 大味噌汁 1498kcal 26 ごは、したでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝食 昼食	白身魚の中華あん 奇と間汁 フルはの 理がした。 現のでは、 のでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	下のバターのおりでは、アンボーンース はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます	合称	ホキソテーのオニオンソース 高・マーケルトハチミッソース ご はんの卵とじもかでした。 高・マーケルトハチミッソース で はんの卵とじもがですがある	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜の和風ドレ和え ミルク寒天苺ソース ごはの味噌煮 蓮根金の和え物 清汁 1514kcal 24 ごはん いか噌汁 あん いれ味りめん いれまりめん いれまりが おいかれまりが おいかれまりが まがける これの角の角が スパケーンの はんいかはないかかった。 マックをはないが、また。 アックをはないが、また。 アックをはないが、また	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはり ではいき はいき はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜のでの 家のででの 家のででではいる。 シロガースをででですが、 大味噌汁 1498kcal 26 ごは、したでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、これでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、
昼食 夕食 朝食 昼食 夕食 朝食 昼食	白身魚のの者物 味フルはのでは、	下のでは、	合称	ホキソテーのオニオンソース 高・マーケルトハチミッソース ご ボカツ しし 赤 京	漬物 カニクリームコロッケ うまい菜 (あい) で (まで) で (金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だはり ではいき はいき はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のから揚げ 菜のでの 家のででの はん シロボネダラの香草パン粉焼き へではないがまりででででででででできます。 大味噌汁 1498kcal 26 ごして噌物 はんしていいでは、 はいたがでは、 はいたがでは、 はいたがでは、 はいたがでは、 はいたででは、 はいたののがででは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 はいでは、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は、 は
昼食 夕食 目 朝食 昼食 夕食 目 朝食 昼食 夕	白身魚のの者物 味フルはのでは、	下のでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボースでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマでは、ボーマでは、ボーマでは、ボーマンでは、ボーマでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは	合春キャペッカー ・	ホキソテーのオニオンリース 高・マーケー・カーケー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	漬物 カニクリームコロッケ うまい寒 英 タソース ごはの味 要 中	金時ではんいかできのこソース 高野の一の大きのの者物 かけっかきの ではんいか できる ではいい できる ではいい できる ではいい できる ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではい	鶏のがあります。 ます はん から はん から を で で で で で で で で で で で で で で で で で で
昼食 夕食 明食 昼食 夕食 開食 昼食 夕	白身と開いている。	下のでは、	合春キャペッカー ・	ホキソテーのオニオンソース 高・マーケルト・テッソース ご ボカウ とじ も おう に かっという かった は かった は りった かった は りった かった は りった ない かった は 身 変 は ない かった は 身 変 ない カーシャ は かった は	漬物 カニクリームコロッケ うまい寒 英 タソース ごはの味 要 中	金時豆煮 キャベツのバンバンドレサラダ味噌汁 ごはん ハンバーグきのこソース 高野の煮物 カリフラワーの香味ドレサラダ味噌汁 1457kcal 25 ごはん だは巻 ・ はいではん がはし、 はいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいではいでは	鶏のがあります。 ます はん から はん から を で で で で で で で で で で で で で で で で で で
昼食 夕食 月 朝食 昼食 夕食 明食 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	白身と開かれている。 中書物 中書物 中書物 中書物 中書物 中書物 中書物 中書物 中書 中書	下のでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボースでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマでは、ボーマでは、ボーマでは、ボーマンでは、ボーマでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは、ボーマンでは	合春キャペッカー ・	ホキソテーのオニオンリース 高・マーケー・カーケー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー	漬物 カラまいまで ボークリームコロッケ ラまいを ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	金時ではんいかできのこソース 高野の一の大きのの者物 かけっかきの ではんいか できる ではいい できる ではいい できる ではいい できる ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではいい ではい	鶏のから揚げ 菜のででででででででででででででででででででででででででででででででででです。 まず いっぱ かい から
昼食 夕食 月 朝食 昼食 夕食 明食 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日 日	白身と開いている。	下のでは、	合春キャペッカー ・	ホキソテーのオニオンソース 高・マーケルト・テッソース ご ボカウ とじ も おう に かっという かった は かった は りった かった は りった かった は りった ない かった は 身 変 は ない かった は 身 変 ない カーシャ は かった は	漬物 カラまいまで ボークリームコロッケ ラまいを ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 ではいいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、かいでは、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、	金時である。	鶏のから揚げ 菜のででででででででででででででででででででででででででででででででででです。 まず いっぱ かい から