

			1日 (木) 魚のムニエル オニオンソース 御飯 牛乳 200ml 厚揚げのそぼろ煮 白菜のおひたし (787Kcal)	2日 (金) 《パンの日》 メンチかつサンド バターロール 牛乳 200ml ポパイソテー スパサラダ (786Kcal)
5日 (月) チキンカレー コンソメスープ オムレツ さつまサラダ (777Kcal)	6日 (火) スパゲティーミートソース コンソメスープ 牛肉コロッケ コーンサラダ (776Kcal)	7日 (水) 鶏肉の唐揚げ 御飯 牛乳 200ml 里芋の味噌煮 ツナと大根のサラダ (822Kcal)	8日 (木) すきやき丼 味噌汁 はんぺんフライ キャベツのごま和え (853Kcal)	9日 (金) 魚の焼き南蛮漬け 御飯 牛乳 200ml きんぴら マカロニサラダ (847Kcal)
12日 (月) チャプチェ(韓国風春雨炒め) 御飯 牛乳 200ml ミニオムレツ 野菜サラダ (811Kcal)	13日 (火) けんちんうどん 牛乳 200ml かき揚げ ほうれん草のけずり和え (706Kcal)	14日 (水) 鶏肉の味噌焼き スナッペンどうのソテー 御飯 牛乳 200ml 豚肉と根菜の煮物 春雨サラダ (841Kcal)	15日 (木)	16日 (金) 魚の唐揚げ ソース 御飯 牛乳 200ml ジャーマンポテト チンゲン菜の和風和え (756Kcal)
19日 (月) ハヤシライス 白菜とベーコンのコンソメスープ ハムカツ 春雨の中華和え (806Kcal)	20日 (火) 魚のごまマヨ焼 いんげんのソテー 御飯 牛乳 200ml 山形の芋煮風 ほうれん草のゆかり和え (796Kcal)	21日 (水) 《クリスマス》 ジャークチキン ジャンバラヤ コンソメスープ クリスマス風サラダ (765Kcal)	22日 (木)	23日 (金) 