



	日	月	火	水	木	金	土
朝	<焼き魚の朝食> さかな塩焼き 納豆 ひじき煮 白ご飯 味付けのり、ふりかけ 香の物2品 味噌汁	<スクランブルエッグと スムージー> トースト スクランブルエッグ ベーコンと温野菜 スムージー	<御飯の朝食> お茶漬け 小松菜胡麻和え ふんわり薩摩揚げ	<クロワッサンとグラノーラ> クロワッサン バインミー グラノーラ たまごサラダ グラタン	<焼き魚朝食> お魚味噌焼き 手作り豆腐 モズクの酢の物 味噌汁	<パンケーキ朝食> パンケーキ サラダ ソーセージ ミルクティー	<エッグベネディクト> エッグベネディクト メリメロサラダ グレープフルーツ 野菜ジュース
昼	《サンドイッチプランタニエ ール》 菜の花とロースハムのサンド イッチ 唐揚げ ポテトとナッツ フルーツ カフェオレ	<グラタン> シーフードグラタン 彩りサラダのピッツドレッシ ング添え ポタージュ キャロットライス フルーツカクテル	<中華ランチ> 国産牛ロースオイスター ソース炒め 蒸し鶏ピリ辛和え 海老のマヨネーズソー ス 春雨サラダ 水餃子 卵スープ ナタデココゼリー ご飯	<バエリヤ> バエリヤ ミックスサラダ ポタージュ フルーツ ビネガードリンク	<リハ・ビュ・ブレットランチ> タンドールチキン お魚山葵マヨネーズ焼き ハリハリ肉味噌サラダ 10種野菜 和風スープ おむすび2種	<麺の御膳> 肉うどん いなり寿司 切り干し大根の酢の物 フルーツ	<花籠 御膳> お魚と海老の葱味噌焼 春菊の胡桃和え サツマイモの檸檬煮 サーモン2種大根の酢 の物 ブラウンエノキのナム ル 牛蒡と鶏ミンチの湯葉 揚げ お吸い物
晩	<魚の煮付け> 魚の煮付け 千草焼き 大根の大蒜醤油揚げ お吸物	<若鶏の甘辛さっぱり 煮> 若鶏のさっぱり煮 蟹と太刀魚の唐揚げ べっこう餡 白和え田舎風 もずくと蛸の酢の物 鯛にゆう麵	<舌平目のデュグレレ > デュグレレ スープ 白菜とオレンジのサラ ダ パン	<ヒレカツ> 豚ヒレカツ マグロのカクテル仕立て ポテトサラダ 味噌汁	<あなご重> あなご重 茶碗蒸し お吸物 ゆばと胡瓜の酢の物 コリコリ野菜と香味だ れ	《鮭の花塩麴焼き》 鮭の花塩麴焼き 鶏肝の甘辛煮 お野菜の甘酢漬け 胡麻豆腐 味噌汁	<和風おろしハンバーグ> 和風おろしハンバーグ 粉ふきいもたらこマヨネ ーズ 塩鯖とクレソンのレモン 風味サラダ ほうれん草のお浸し

