

雅（みやび）コース														
日付	メニュー名	※	※	※	A27	B1	B2	B3	※	※	※	※	※	※
22	豚肉細川風煮	○	○										ロリ	316
	赤魚西京焼													
	水菜と竹輪のむかひ和え			○										
	フレンチサラダ	○												
	なすとピーマン炒め煮			○										
日	南瓜のいこ煮			○									白	16.1
	ほうれん草・胡麻和え/白菜のむかひ和え			○										
	桜漬け			○										
	鶏と鷹ぎやうの和風生煮煮	○	○											
	メタケの鮎焼き			○										
月	白菜と油揚げ煮浸し			○									白	3.3
	大豆とさつま芋煮			○										
	ブロッコリー・胡麻和え			○										
	金平ごぼろ			○										
	春菊胡瓜サラダ	○	○											
23	おかず漬布			○									白	4.48
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
日	キャベツと胡麻和え			○									白	19.0
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
火	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○									ロリ	3.4
	キャベツ・胡麻和え			○										
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
24	胡瓜生卵	○	○	○									白	20.5
	金時豆													
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
日	チンゲン菜のめし	○	○										白	2.8
	キャベツと胡麻和え			○										
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
25	鶏肉と野菜の古野菜	○	○										ロリ	3.3
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
	キャベツと胡麻和え			○										
火	野菜とオクラのクリーム煮			○	○								白	25.4
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○										
26	キャベツ・胡麻和え			○									ロリ	2.9
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
	胡瓜生卵	○	○	○	○									
金	金時豆												白	3.4
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
土	キャベツと胡麻和え			○									白	28.3
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
27	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○									ロリ	390
	キャベツ・胡麻和え			○										
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
日	胡瓜生卵	○	○	○									白	19.2
	金時豆													
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
月	チンゲン菜のめし	○	○										白	3.2
	キャベツと胡麻和え			○										
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
28	鶏肉と野菜の古野菜	○	○										ロリ	372
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
	キャベツと胡麻和え			○										
土	野菜とオクラのクリーム煮			○	○								白	22.7
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○										
29	キャベツ・胡麻和え			○									ロリ	439
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
	胡瓜生卵	○	○	○	○									
日	金時豆												白	19.2
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
月	キャベツと胡麻和え			○									白	3.2
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
火	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○									ロリ	434
	キャベツ・胡麻和え			○										
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
2	胡瓜生卵	○	○	○									白	19.2
	金時豆													
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
3	チンゲン菜のめし	○	○										白	3.2
	キャベツと胡麻和え			○										
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
4	鶏肉と野菜の古野菜	○	○										ロリ	392
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
	キャベツと胡麻和え			○										
土	野菜とオクラのクリーム煮			○	○								白	22.8
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○										
5	キャベツ・胡麻和え			○									ロリ	439
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
	胡瓜生卵	○	○	○	○									
日	金時豆												白	19.2
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
月	キャベツと胡麻和え			○									白	3.2
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
火	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○									ロリ	367
	キャベツ・胡麻和え			○										
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○	○	○										
	かじと豆腐のふんわり天	○	○	○	○									
2	胡瓜生卵	○	○	○									白	20.8
	金時豆													
	鶏肉と野菜の古野菜	○	○											
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
3	チンゲン菜のめし	○	○										白	3.3
	キャベツと胡麻和え			○										
	野菜とオクラのクリーム煮			○	○									
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
12	鶏肉と野菜の古野菜	○	○										ロリ	439
	さむらいの照焼き			○										
	がんもどき/人参煮			○										
	チンゲン菜のめし	○	○											
	キャベツと胡麻和え			○										
日	野菜とオクラのクリーム煮			○	○								白	22.8
	マカロニサラダ	○	○	○										
	桜漬け													
	タラの香り焼き/卵焼き	○	○											
	豚肉と彩の野菜の甘辛煮			○										
月	キャベツ・胡麻和え			○									ロリ	412
	なす揚げ煮			○										
	切干大根・洋風サラダ	○</												