

| 雅（みやび）コース | | | | | | | | | | |
|-------------------|-------------------|---|---|----|----|----|----|----|----|------|
| 日付 | メニュー名 | 卵 | 乳 | 小麦 | えび | かに | そば | 豚肉 | 牛肉 | 栄養成分 |
| 2 日 月 | タラの香り焼き/卵焼き | ○ | ○ | | | | | | | 428 |
| | 豚肉と彩り野菜の甘辛煮 | | | ○ | | | | | | |
| | 菜の花と椎茸胡麻酢和え | | | ○ | | | | | | 21.1 |
| | なす揚げ浸し | | | ○ | | | | | | |
| | 切干大根洋風サラダ | | ○ | ○ | | | | | | 3.5 |
| | 枝豆と豆腐のふんわり天 | ○ | ○ | ○ | ○ | | | | | |
| 胡瓜生酢 | ○ | | ○ | | ○ | | | | 塩分 | |
| 金時豆 | | | | | | | | | | |
| 3 日 火 | ハンバーグ | ○ | ○ | ○ | | | | | | 419 |
| | チキンカレー | | ○ | ○ | | | | | | |
| | 牛蒡とこんにやく煮 | | | ○ | | | | | | 17.3 |
| | 彩りコールスローサラダ | ○ | ○ | | | | | | | |
| | かぶとツナの甘辛煮 | | | ○ | | | | | | 3.3 |
| | 厚揚げと青梗菜炒め | | | ○ | | | | | | |
| オクラとワカメの生姜酢和え | | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 桜餅 | | | | | | | | | | |
| 4 日 水 | チーズチキンカツ | ○ | ○ | ○ | | | | | | 339 |
| | 赤魚のマリネ | | | | | | | | | |
| | ほうれん草とビーンズ中華和え | | | ○ | | | | | | 16.2 |
| | 明太子ポテト | ○ | ○ | | | | | | | |
| | 白菜柚子甘酢 | | | | | | | | | 2.8 |
| | ラタトゥイユ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| きのこワカメの生姜和え | | | | | | | | | 塩分 | |
| 安芸紫 | | | ○ | | | | | | | |
| 5 日 木 | オムレツの中華あんかけ/シュウマイ | ○ | | ○ | ○ | | | | | 447 |
| | サワラの柚庵焼き | | | ○ | | | | | | |
| | ほうれん草柚子和え | | | ○ | | | | | | 21.4 |
| | マセドアンサラダ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| | 小松菜と桜えび炒め物 | | | ○ | ○ | | | | | 3.4 |
| | 豆腐と野菜のさっぱり煮 | | | ○ | | | | | | |
| 切干大根と胡瓜の青しそドレッシング | | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 白花豆 | | | | | | | | | | |
| 6 日 金 | 焼き鳥の彩りあんかけ | ○ | | ○ | | | | | | 419 |
| | アジフライ/スパソテー | | | ○ | | | | | | |
| | 五目豆 | | | ○ | | | | | | 25.0 |
| | もやし中華サラダ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| | しる菜柚子浸し | | | ○ | | | | | | 2.8 |
| | 高野煮/竹の子煮/椎茸煮 | | | ○ | | | | | | |
| えのき梅マヨネーズ和え | ○ | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 広島菜/キャベツ煮浸し | | | ○ | | | | | | | |
| 7 日 土 | チャブチエ | | | | | | | | | 425 |
| | タラ磯辺天 | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| | ほうれん草菜種和え | ○ | | ○ | | | | | | 19.6 |
| | 白菜とツナのスープ煮 | | | ○ | ○ | | | | | |
| | キャベツとウィンナー炒め | ○ | ○ | ○ | | | | | | 3.0 |
| | 大根とレーズンサラダ | ○ | | | | | | | | |
| 高野豆腐卵とじ | ○ | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 桜漬 | | | | | | | | | | |
| 9 日 月 | カレイのおろしあんかけ | | ○ | ○ | | | | | | 420 |
| | 豚肉と野菜のうま煮 | | | ○ | | | | | | |
| | 豆腐と野菜の煮物 | | | ○ | | | | | | 23.3 |
| | 切干大根と葉大根の煮物 | | | ○ | | | | | | |
| | 人参とツナの和え物 | | | ○ | | | | | | 3.3 |
| | マカロニサラダ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| 胡瓜梅和え/もやしお浸し | | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 金時豆 | | | | | | | | | | |
| 10 日 火 | サワラ西京焼き | | | | | | | | | 343 |
| | 豚肉と蓮根の酢豚風 | | | ○ | | | | | | |
| | 厚揚げの卵とじ | ○ | | ○ | | | | | | 19.8 |
| | 白菜スープ煮 | | | ○ | ○ | | | | | |
| | ほうれん草とベーコンの和え物 | ○ | ○ | ○ | | | | | | 3.3 |
| | じゃが芋そぼろ煮 | | | ○ | | | | | | |
| キャベツと人参サラダ | ○ | | | | | | | | 塩分 | |
| みかん缶 | | | | | | | | | | |
| 11 日 水 | 鶏天のレモンソースかけ | ○ | ○ | ○ | | | | | | 372 |
| | 赤魚の野菜あんかけ | | | ○ | | | | | | |
| | インゲンツナバター炒め | | | ○ | ○ | | | | | 22.7 |
| | 筍味噌煮 | | | ○ | | | | | | |
| | 小松菜煮浸し | | | ○ | | | | | | 3.0 |
| | 南瓜胡麻和え | | | ○ | | | | | | |
| 紅白生酢 | | | | | | | | | 塩分 | |
| 黒豆 | | | ○ | | | | | | | |
| 12 日 木 | メンチカツ | ○ | ○ | ○ | | | | | | 439 |
| | アジ柚庵焼き | | | ○ | | | | | | |
| | ニラ玉春雨 | ○ | | ○ | | | | | | 19.2 |
| | なす煮浸し | | | ○ | | | | | | |
| | 青梗菜中華炒め | ○ | | ○ | ○ | ○ | | | | 3.2 |
| | じゃが芋サラダ | ○ | | | | | | | | |
| 白菜胡麻酢和え | | | | | | | | | 塩分 | |
| おかず昆布 | | | ○ | | | | | | | |
| 13 日 金 | ネギ塩豚 | | | ○ | | | | | | 392 |
| | 赤魚と牛蒡のカレーすき煮 | | | ○ | | | | | | |
| | 大根とミニさつま煮 | | | ○ | | | | | | 22.8 |
| | ほうれん草と揚げ煮浸し | | | ○ | | | | | | |
| | 蓮根高野炒め煮 | | | ○ | | | | | | 3.5 |
| | ブロッコリーサラダ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| ワカメとかまぼこ酢物 | | | | | | | | | 塩分 | |
| 黄桃缶 | | | | | | | | | | |
| 14 日 土 | カレイ磯辺天 | ○ | ○ | ○ | | | | | | 367 |
| | 鶏肉と大根の甘辛煮 | | | ○ | | | | | | |
| | 大豆と竹輪煮物 | | | ○ | | | | | | 20.8 |
| | 小松菜と海老煮浸し | | | ○ | ○ | | | | | |
| | 人参とごぼうしりり | ○ | ○ | ○ | | | | | | 3.3 |
| | コールスローサラダ | ○ | ○ | ○ | | | | | | |
| オクラえのき塩昆布和え | | | ○ | | | | | | 塩分 | |
| 安芸紫 | | | ○ | | | | | | | |

ます。②都合により、献立を一部変更させて頂くことがあります。③業者では