

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
									1		2	
昼食									ちらし寿司、新じゃがいものそぼろあんかけ、若竹汁(筍、わかめ)、いちご		焼きそば、三色サラダ、すまし汁(麩、万能葱)、バナナ	
午後									牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、おかかおにぎり	
	4		5		6		7		8		9	
昼食							焼豚チャーハン、キャベツの中華和え、中華スープ、バナナ		ごはん、たらこの竜田揚げ、ほうれん草のナムル、すまし汁(玉ねぎ、わかめ)、甘夏みかん		けんちんうどん、キャベツのゆかり和え、バナナ	
午後							牛乳、揚げパン		牛乳、米粉いちごジャムケーキ		牛乳、ココアホットケーキ	
	11		12		13		14		15		16	
昼食	キーマカレー、ポパイサラダ、ポテトスープ、グレープフルーツ		鶏そぼろ丼、グリーンサラダ、大根スープ、バナナ		ゆかりごはん、鮭の照り焼き、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(麩、小松菜)、キウイフルーツ		ロールパン、タンドリーチキン、フレンチサラダ、ココロスープ、甘夏みかん		ごはん、チンジャオロース、もやしのナムル、中華風コンソープ、グレープフルーツ		ツナピラフ、サイコロサラダ、青菜のスープ、バナナ	
午後	牛乳、ぶどうゼリー、せんべい		牛乳、大学芋		牛乳、キャロットケーキ		牛乳、しらすおにぎり、そら豆		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、シュガートースト	
	18		19		20		21		22		23	
昼食	ハヤシライス、ツナサラダ、チンゲン菜のスープ、オレンジ		ごはん、魚の香草パン粉焼き、ピーマンサラダ、みそ汁(豆腐、わかめ)、キウイフルーツ		かぼちゃパン、チキンのケチャップ焼き、サイコロサラダ、チンゲン菜のスープ、グレープフルーツ		ごはん、肉じゃが、彩野菜のおかか和え、みそ汁(麩、万能ねぎ)、清見オレンジ		ごはん、手作りさつま揚げ、和風サラダ、キャベツのスープ、グレープフルーツ		きつねうどん、根菜のきんぴら、バナナ	
午後	牛乳、お麩ラスク		牛乳、手作りピザ		牛乳、ひじきおにぎり		牛乳、豆乳くずもち		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、焼おにぎり	
	25		26		27		28		29		30	
昼食	チキンライス、花野菜サラダ、ポテトスープ、バナナ		たけのこ御飯、さわらの香味焼き、ふぎと生揚げの煮物、みそ汁(わかめ・しめじ)、甘夏みかん		ホットドック、カリカリサラダ、コーンクリームスープ、メロン		カレーライス、ビーンズサラダ、もやしのスープ、キウイフルーツ		ごはん、鶏の照り焼き、コールスロー、中華スープ、オレンジ		ナポリタン、ブロッコリーのソテー、野菜スープ、バナナ	
午後	牛乳、お好み焼き		牛乳、マカロニのきな粉和え		牛乳、ココアケーキ		牛乳、チーズスティック		牛乳、シュガーパイ		牛乳、ツナおにぎり	

※都合により献立が変更する場合があります