

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
						1
昼食						ツナピラフ、カラフルサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後						牛乳、焼きおにぎり
	3	4	5	6	7	8
昼食	夏野菜のカレーライス、コールスロー、青菜のスープ、グレープフルーツ	冷やし中華、かぼちゃのサラダ、バナナ	ごはん、豚肉の生姜焼き、ひじきサラダ、みそ汁（青菜・しめじ）、オレンジ	ロールパン、ローストチキン、有色野菜のソテー、すまし汁（豆腐・ねぎ）、バナナ	ごはん、あじのフライ、トマト、サイコロサラダ、みそ汁（わかめ・玉ねぎ）、グレープフルーツ	タンメン、フロッコリーサラダ、バナナ
午後	牛乳、チーズスティック	牛乳、五平餅	牛乳、ひやむぎ	牛乳、梅しそごはん	牛乳、リンゴゼリー、クラッカー	牛乳、ココアホットケーキ
	10	11	12	13	14	15
昼食		ごはん、タンドリーチキン、マカロニサラダ、すまし汁（豆腐・えのき）、オレンジ	チャーチャー麺、かぼちゃの甘煮、バナナ	ごはん、鶏肉のトマトソース、コーンサラダ、ころころスープ、すいか	マーボー豆腐丼、和風サラダ、すまし汁（えのき・しめじ）、オレンジ	ナポリタン、じゃがいものソテー、野菜スープ、バナナ
午後		牛乳、フルーツかん	牛乳、青菜しらすごはん	牛乳、バナナケーキ	牛乳、アメリカンドック	牛乳、ゆかりおにぎり
	17	18	19	20	21	22
昼食	ハヤシライス、フレンチサラダ、冬瓜スープ、オレンジ	ごはん、豚肉となすのみそ煮、春雨の和え物、すまし汁（麩・万能ねぎ）、グレープフルーツ	ごはん、揚げ魚の甘酢あんかけ、キャベツの中華和え、中華スープ、バナナ	照り焼きバーガー、ポテトソテー、オニオンスープ、すいか	ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、すまし汁（玉ねぎ・しめじ）、オレンジ	野菜たっぷりうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、わらび餅	牛乳、マーブルクッキー	牛乳、シュガーパイ	牛乳、ツナおにぎり
	24	25	26	27	28	29
昼食	チキンピラフ、ビーフンサラダ、レタスのスープ、バナナ	ごはん、白身魚の香味焼き、もやしの甘酢和え、けんちん汁、オレンジ	ごはん、油淋鶏、彩野菜のおかか和え、もやしのスープ、グレープフルーツ	三色どんぶり、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（豆腐・なめこ）、バナナ	なすトマトスパゲティー、ビーンズサラダ、きのこのスープ、グレープフルーツ	焼きそば、フロッコリーサラダ、ポテトスープ、バナナ
午後	牛乳、お麩ラスク	牛乳、手作りピザ	牛乳、オレンジゼリー、せんべい	牛乳、カレーマカロニ	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、みそ焼きおにぎり
	31					
昼食	焼豚チャーハン、ポテトサラダ、わかめスープ、バナナ					
午後	牛乳、豆乳くすもち					

※都合により献立が変更する場合があります