

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		1	2	3	4	5
昼食		ごはん、ぶりの照り焼き、かぼちゃのそぼろあんかけ、根菜のみそ汁、みかん	ロールパン、煮込みハンバーグ、三色サラダ、きのこのスープ、りんご	ごはん、ちくわのかき揚げ、ほうれん草のナムル、豚汁、バナナ	マーボー豆腐丼、彩野菜のおかか和え、中華スープ、オレンジ	けんちんうどん、ひじきサラダ、バナナ
午後		牛乳、じゃがいもとチーズのクッキー	牛乳、バナナケーキ	牛乳、お麩ラスク	牛乳、アメリカンドック	牛乳、ツナおにぎり
	7	8	9	10	11	12
昼食	ツナチャーハン、ピーフンサラダ、わかめスープ、オレンジ	ごはん、肉じゃが、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（なめこ・万能ねぎ）、キウイフルーツ	カレーライス、白菜の和え物、キャベツのスープ、みかん	ごはん、鶏肉のマヨネーズ焼き、ビーンズサラダ、野菜スープ、バナナ	ごはん、あじのフライ、キャベツのゆかり和え、豆腐と大根のみそ汁、オレンジ	焼豚チャーハン、フレンチサラダ、すまし汁（麩・たまねぎ）、バナナ
午後	牛乳、ココアクッキー	牛乳、鮭おにぎり	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、スイートポテト	牛乳、シュガーパイ	牛乳、ココアホットケーキ
	14	15	16	17	18	19
昼食	チキンピラフ、花野菜サラダ、レタスのスープ、みかん	ごはん、豚肉となすのみそ煮、ほうれん草のおかか和え、かぼちゃのすまし汁、バナナ	ごはん、揚げ豆腐の和風あんかけ、切干し大根の酢の物、みそ汁（じゃがいも・わかめ）、りんご	キャロットパン、マカロニグラタン、コーンサラダ、オニオンスープ、みかん	ごはん、鮭の西京焼き、春雨サラダ、すまし汁（キャベツ・しめじ）、バナナ	ナポリタン、ブロッコリーサラダ、青菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、きつねごはん	牛乳、豆乳ラスク	牛乳、マカロニきな粉	牛乳、マーマレードケーキ	牛乳、こうしめし	牛乳、焼おにぎり
	21	22	23	24	25	26
昼食	鶏そぼろ丼、かぼちゃのサラダ、すまし汁（しめじ・小松菜）、キウイフルーツ	ロールパン、チキンのチーズ焼き、ごぼうのサラダ、チンゲン菜のスープ、ポンカン	ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、みそ汁（さつまいも・油揚げ）、りんご	ごはん、カジキマグロのステータキ、カリフラワーとコーンのサラダ、ころころスープ、みかん	クリスマスピラフ、フライドチキン、ポテトサラダ、グリーンポタージュ、フルーツポンチ	きつねうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、焼きうどん	牛乳、ツナカレーおにぎり	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、豆腐ドーナツ	牛乳、クリスマスケーキ	牛乳、わかめおにぎり
	28	29	30	31		
昼食	メキシカンピラフ、サイコロサラダ、かぶのスープ、バナナ					
午後	牛乳、ゆかりおにぎり					

※都合により献立が変更する場合があります