

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2
昼食						
午後						
	4	5	6	7	8	9
昼食	焼豚チャーハン、じゃがいものサラダ、大根スープ、りんご	ごはん、鶏肉のマーマレード焼き、ポパイサラダ、ミネストローネ、みかん	ごはん、たらこの竜田揚げ、三色サラダ、みそ汁（キャベツ・玉ねぎ）、オレンジ	マーボー豆腐丼、ツナサラダ、きのこのスープ、バナナ	ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、すまし汁（こまつな・麩）、グレープフルーツ	焼きそば、かぼちゃのサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、チーズスティック	牛乳、七草粥	牛乳、セサミトースト	牛乳、ツナおにぎり
	11	12	13	14	15	16
昼食		ハヤシライス、コールスロー、かぼちゃのスープ、オレンジ	照り焼きバーガー、花野菜サラダ、ホワイトシチュー、バナナ	ごはん、すき焼き風煮、ほうれん草のごまあえ、みそ汁（にんじん・えのきたけ）、キウイフルーツ	ごはん、鮭の西京焼き、浦上そば、すまし汁（なめこ・玉ねぎ）、みかん	ツナピラフ、ブロッコリーサラダ、キャベツのスープ、バナナ
午後		牛乳、ぶどうゼリー、クラッカー	牛乳、ココアケーキ	牛乳、ドーナッツ	牛乳、ジャムサンド	牛乳、ホットケーキ
	18	19	20	21	22	23
昼食	チキンライス、フレンチサラダ、もやしのスープ、オレンジ	ごはん、松風焼き、ほうれん草とツナのあえ物、野菜のすまし汁、みかん	菜飯、ぶりの照り焼き、かぶと油揚げの含め煮、根菜のみそ汁、グレープフルーツ	ロールパン、煮込みハンバーグ、さつま芋のサラダ、青菜のスープ、バナナ	ごはん、豚肉の生姜焼き、キャベツのサラダ、みそ汁（ほうれん草・たまねぎ）、オレンジ	けんちんうどん、じゃがいものそばろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、スノーボールクッキー	牛乳、きなこ揚げパン	牛乳、肉まん	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、にゅうめん	牛乳、おかかおにぎり
	25	26	27	28	29	30
昼食	中華丼、大根サラダ、すまし汁（ごぼう・ねぎ）、オレンジ	スパゲティミートソース、ポテトサラダ、かぶのスープ、バナナ	ごはん、チンジャオロース、ひじきサラダ、にらの中華スープ、みかん	チーズパン、ローストチキン、有色野菜のソテー、ころころスープ、グレープフルーツ	ごはん、白身魚のフライ、白菜の和え物、みそ汁（さつまいも・わかめ）、りんご	鶏そばろ丼、キャベツのおかか和え、すまし汁（麩・ねぎ）、バナナ
午後	牛乳、アメリカンドック	牛乳、豆乳プリン	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、きつねごはん	牛乳、シュガーパイ	牛乳、ココアホットケーキ

※都合により献立が変更する場合があります