

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
					1		2		3		4	
昼食					ロールパン、ミートローフ、有色野菜のソテー、きのこのスープ、オレンジ		焼肉丼、大根サラダ、みそ汁（麩・たまねぎ）、グレープフルーツ		ごはん、さばのみそ焼き、春雨の和え物、すまし汁（じゃがいも・万能ねぎ）、バナナ		タンメン、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ	
午後					牛乳、わかめごはん		牛乳、りんごゼリー、せんべい		牛乳、焼きうどん		牛乳、ゆかりおにぎり	
	6		7		8		9		10		11	
昼食	メキシカンピラフ、ポテトサラダ、もやしのスープ、オレンジ	ロールパン、鶏肉のマーマレード焼き、フレンチサラダ、青菜のスープ、バナナ	ごはん、魚の照り焼き、彩野菜のおかか和え、みそ汁（豆腐・わかめ）、梨		ごはん、豚肉となすのみそ煮、じゃがいものサラダ、すまし汁（えのき・キャベツ）、グレープフルーツ		マーボー豆腐丼、ビーフンサラダ、すまし汁（万能ねぎ・麩）、オレンジ		ナポリタン、サイコロサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ			
午後	牛乳、マーブルクッキー	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、シュガートースト		牛乳、マカロニのきな粉和え		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、ココアホットケーキ			
	13		14		15		16		17		18	
昼食	焼豚チャーハン、ごぼうのサラダ、キャベツのスープ、グレープフルーツ	ごはん、チンジャオロース、もやしのナムル、中華スープ、バナナ	照り焼きバーガー、カラフルサラダ、オニオンスープ、梨		ごはん、カジキマグロのステーキ、マカロニサラダ、すまし汁（豆腐・万能ねぎ）、オレンジ		三色どんぶり、かぼちゃのサラダ、みそ汁（わかめ・キャベツ）、グレープフルーツ		ツナチャーハン、キャベツのサラダ、ポテトスープ、バナナ			
午後	牛乳、黒ごまスコーン	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、ココアバナナケーキ		牛乳、ひじきおにぎり		牛乳、揚げパン		牛乳、焼おにぎり			
	20		21		22		23		24		25	
昼食		チキンライス、コールスロー、ころころスープ、オレンジ	ごはん、白身魚の香味焼き、和風サラダ、すまし汁（もやし・油揚げ）、バナナ		ごはん、鶏の唐揚げ、中華風あえ物、ワンタンスープ、グレープフルーツ		野菜たっぷりうどん、さつまいもの甘煮、バナナ					
午後		牛乳、お月見ドーナツ	牛乳、シュガーパイ		牛乳、ジャムサンド		牛乳、おかかおにぎり					
	27		28		29		30					
昼食	カレーライス、ツナサラダ、大根のスープ、オレンジ	ほうれん草パン、チキンのチーズ焼き、コーンサラダ、レタスのスープ、バナナ	ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、すまし汁（わかめ・えのき）、グレープフルーツ		ごはん、豚肉の生姜焼き、ひじきサラダ、みそ汁（もやし・しめじ）、梨							
午後	牛乳、チーズスティック	牛乳、おやつビビンバ	牛乳、アップルケーキ		牛乳、お麩ラスク							

※都合により献立が変更する場合があります