

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1	2
昼食					ごはん、魚の照り焼き、和風サラダ、すまし汁(豆腐・たまねぎ)、りんご	ナポリタン、じゃがいものサラダ、たまねぎのスープ、バナナ
午後					牛乳、シュガートースト	牛乳、ゆかりおにぎり
	4	5	6	7	8	9
昼食	ツナチャーハン、ピーフンサラダ、鶏肉と白菜のスープ、柿	くりごはん、鮭のチャンチャン焼き、ほうれん草のごまあえ、すまし汁(キャベツ・万能ねぎ)、オレンジ	ごはん、炒り鶏、キャベツのゆかり和え、みそ汁(油揚げ・えのき)、バナナ	ごはん、チンジャオロース、わかめとコーンのサラダ、中華スープ、梨	ロールパン、ミートローフ、大根とごまのサラダ、もやしのスープ、グレープフルーツ	鶏そぼろ丼、サイコロサラダ、すまし汁(こまつな・たまねぎ)、バナナ
午後	牛乳、マーブルクッキー	牛乳、アメリカンドック	牛乳、かぼちゃパンケーキ	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、青菜しらすごはん	牛乳、ホットケーキ
	11	12	13	14	15	16
昼食	ハヤシライス、フレンチサラダ、大根のスープ、オレンジ	中華丼、春雨サラダ、豆腐のスープ、グレープフルーツ	きのご飯、さばの風味焼き、彩野菜のおかか和え、みそ汁(じゃがいも・もやし)、バナナ	ぶどうばん、ローストチキン、コーンサラダ、ミネストローネ、オレンジ	ごはん、肉豆腐、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(麩・万能ねぎ)、りんご	焼豚チャーハン、キャベツのサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、さつまチーズ	牛乳、ジャムサンド	牛乳、お麩ラスク	牛乳、鶏そぼろおにぎり	牛乳、キャロットケーキ	牛乳、みそ焼きおにぎり
	18	19	20	21	22	23
昼食	メキシカンピラフ、ポテトサラダ、レタスのスープ、オレンジ	タンドリーチキンバーガー、ブロッコリーサラダ、オニオンスープ、梨	さつまいもごはん、松風焼き、根菜のきんぴら、すまし汁(なめこ・こまつな)、バナナ	ごはん、豚肉の生姜焼き、春雨の和え物、みそ汁(わかめ・キャベツ)、グレープフルーツ	さんまの蒲焼丼、もやしの甘酢和え、すまし汁(大根・えのき)、オレンジ	タンメン、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、きつねごはん	牛乳、マーブルケーキ	牛乳、ぶどうゼリー、せんべい	牛乳、焼きうどん	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、おかかおにぎり
	25	26	27	28	29	30
昼食	カレーライス、コールスロー、かぶのスープ、柿	ごはん、肉じゃが、青菜の納豆和え、みそ汁(大根・万能ねぎ)、オレンジ	ごはん、油淋鶏、中華風あえ物、ワンタンスープ、バナナ	スパゲティミートソース、ビーンズサラダ、きのこのスープ、グレープフルーツ	ごはん、手作りさつま揚げ、ひじきサラダ、みそ汁(じゃがいも・わかめ)、オレンジ	ツナピラフ、ブロッコリーのソテー、ポテトスープ、バナナ
午後	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、チーズスティック	牛乳、さつまいもプリン	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、かぼちゃクッキー	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