

	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			ロールパン、チキンカツ、 コールスロー、青菜のスー プ、オレンジ		ごはん、豚肉の生姜焼き、 彩野菜のおかか和え、みそ 汁（さつまいも・えの き）、グレープフルーツ		ごはん、白身魚の香味焼 き、ひじきと大豆の炒り 煮、みそ汁（大根・万能 ねぎ）、バナナ		マーボー豆腐丼、中華風あ え物、中華スープ、みかん		野菜たっぷりうどん、さつ まいもの甘煮、バナナ	
午後			牛乳、ひじきおにぎり		牛乳、マカロニのきな粉和 え		牛乳、恵方巻		牛乳、ココアドーナツ		牛乳、みそ焼きおにぎり	
	7		8		9		10		11		12	
昼食	メキシカンピラフ、かぼ ちゃのサラダ、白菜のスー プ、オレンジ		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・えのき）、 バナナ		キャロットパン、マカロニ グラタン、ブロッコリーサ ラダ、オニオンスープ、グ レープフルーツ		ごはん、松風焼き、カラフ ル野菜炒め、すまし汁（か ぶ・麩）、バナナ				鶏そぼろ丼、和風サラダ、 すまし汁（しめじ・もや し）、バナナ	
午後	牛乳、シュガーパイ		牛乳、焼きうどん		牛乳、カップケーキ		牛乳、チーズスティック				牛乳、わかめおにぎり	
	14		15		16		17		18		19	
昼食	焼豚チャーハン、ビーフン サラダ、野菜のスープ、み かん		ごはん、煮込みハンバー グ、ポテトサラダ、大根の スープ、キウイフルーツ		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（豆腐・万能 ねぎ）、バナナ		中華丼、もやしのナムル、 すまし汁（キャベツ・ 麩）、グレープフルーツ		ごはん、鶏の唐揚げ、白菜 の甘酢和え、根菜のみそ 汁、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、マーブルクッキー		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、おやつビビンバ		牛乳、バナナケーキ		牛乳、にゅうめん		牛乳、ココアホットケーキ	
	21		22		23		24		25		26	
昼食	ハヤシライス、フレンチサ ラダ、きのこのスープ、パ ナナ		ごはん、肉豆腐、キャベツ のゆかり和え、みそ汁（さ つまいも・わかめ）、オレ ンジ				ロールパン、カジキマグロ のステーキ、ポパイサラ ダ、かぶのスープ、バナナ		ごはん、ミートコロッケ、 マカロニサラダ、すまし汁 （白菜・大根）、キウイフ ルーツ		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、お好み焼き		牛乳、シュガートースト				牛乳、きつねごはん		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、おかかおにぎり	
	28											
昼食	チキンライス、ツナサラ ダ、レタスのスープ、パナ ナ											
午後	牛乳、ジャムサンド											

※都合により献立が変更する場合があります