

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	1		2		3		4		5		6	
昼食	夏野菜のカレーライス、コールスロー、きのこのスープ、パイナップル		ジャージャー麺、かぼちゃの甘煮、バナナ		ロールパン、ローストチキン、有色野菜のソテー、冬瓜スープ、オレンジ		ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、みそ汁（油揚げ・わかめ）、すいか		枝豆御飯、あじのフライ、じゃがいものサラダ、みそ汁（こまつな・麩）、バナナ		鶏そぼろ丼、ほうれん草のおかか和え、すまし汁（じゃがいも・たまねぎ）、バナナ	
午後	牛乳、ひやむぎ		牛乳、ひじきおにぎり		牛乳、梅しそごはん		牛乳、フルーツかん		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、ホットケーキ	
	8		9		10		11		12		13	
昼食	ツナチャーハン、サイコロサラダ、豆腐のスープ、バナナ		ごはん、鶏肉のトマトソース、コーンサラダ、レタスのスープ、グレープフルーツ		マーボー豆腐丼、ビーフンサラダ、中華スープ、バナナ				ごはん、鮭の照り焼き、みそドレサラダ、すまし汁（じゃがいも・人参）、オレンジ		ナポリタン、カラフルサラダ、しめじのスープ、バナナ	
午後	牛乳、ココアクッキー		牛乳、チーズスティック		牛乳、フルーツヨーグルト				牛乳、シュガーパイ		牛乳、ゆかりおにぎり	
	15		16		17		18		19		20	
昼食	チキンピラフ、フレンチサラダ、青菜のスープ、バナナ		ごはん、松風焼き、和風サラダ、すまし汁（なめこ・もやし）、グレープフルーツ		フィッシュバーガー、ブロックコーンサラダ、ころもスープ、すいか		冷やし中華、かぼちゃのサラダ、バナナ		ごはん、豚肉となすのみそ煮、春雨の和え物、すまし汁（麩・万能ねぎ）、オレンジ		野菜たっぷりうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ	
午後	牛乳、手作りピザ		牛乳、ツナおにぎり		牛乳、マーブルケーキ		牛乳、青菜しらすごはん		牛乳、ぶどうゼリー、せんべい		牛乳、みそ焼きおにぎり	
	22		23		24		25		26		27	
昼食	焼豚チャーハン、ポテトサラダ、大根のスープ、バナナ		ごはん、油淋鶏、彩野菜のおかか和え、みそ汁（しめじ・わかめ）、オレンジ		なすトマトスパゲティ、ツナサラダ、ポテトスープ、バナナ		三色どんぶり、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（豆腐・しめじ）、オレンジ		ごはん、白身魚の香味焼き、ひじきサラダ、みそ汁（もやし・油揚げ）、パイナップル		ツナピラフ、三色サラダ、じゃがいものスープ、バナナ	
午後	牛乳、カレーマカロニ		牛乳、かぼちゃプリン		牛乳、焼きとうもろこしおにぎり		牛乳、パイナップルケーキ		牛乳、シュガートースト		牛乳、ココアホットケーキ	
	29		30		31							
昼食	ハヤシライス、キャベツのサラダ、たまねぎのスープ、オレンジ		ごはん、タンドリーチキン、マカロニサラダ、野菜スープ、すいか		タコライス、ジャーマンポテト、わかめスープ、バナナ							
午後	牛乳、ジャムサンド		牛乳、お麩ラスク		牛乳、ドーナツ							

※都合により献立が変更する場合があります