

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
					1		2		3		4	
昼食					ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、すまし汁（かぶ・麴）、グレープフルーツ		ごはん、豚肉のブルコギ、わかめとコーンのサラダ、中華スープ、みかん		福豆とじゃこのご飯、いわしの蒲焼、もやしの甘酢和え、みそ汁（大根・万能ねぎ）、バナナ		野菜たっぷりうどん、さつまいもの甘煮、バナナ	
午後					牛乳、チーズナン		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、恵方巻		牛乳、みそ焼きおにぎり	
	6		7		8		9		10		11	
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・玉ねぎ）、バナナ		焼きそばパン、ブロッコリーサラダ、オニオンスープ、みかん		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		鶏そぼろ丼、和風サラダ、みそ汁（豆腐・しめじ）、バナナ			
午後	牛乳、マーブルクッキー		牛乳、にゅうめん		牛乳、カップケーキ		牛乳、マカロニのきな粉和え		牛乳、わかめおにぎり			
	13		14		15		16		17		18	
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、ツナサラダ、大根のスープ、キウイフルーツ		ごはん、鮭のチャンちゃん焼き、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・麴）、グレープフルーツ		ごはん、鶏の唐揚げ、中華風あえ物、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、シュガーパイ		牛乳、ココアドーナツ		牛乳、おやつビビンバ		牛乳、バナナケーキ		牛乳、焼きうどん		牛乳、ココアホットケーキ	
	20		21		22		23		24		25	
昼食	ハヤシライス、フレンチサラダ、きのこのスープ、バナナ		ごはん、肉豆腐、キャベツのゆかり和え、みそ汁（もやし・わかめ）、みかん		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、コロッケローフ、マカロニサラダ、みそ汁（白菜・大根）、グレープフルーツ		ぎつねうどん、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、ぎつねごはん				牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、おかかおにぎり	
	27		28									
昼食	チキンライス、ポテトサラダ、レタスのスープ、バナナ		ロールパン、チキンカツ、コールスロー、青菜のスープ、みかん									
午後	牛乳、ジャムサンド		牛乳、ひじきおにぎり									

※都合により献立が変更する場合があります