

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
							1		2		3	
昼食							ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、みそ汁(わかめ・油揚げ)、グレープフルーツ		ごはん、あじのフライ、コールスロー、みそ汁(小松菜・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、お麩ラスク		牛乳、クラッカーサンド		牛乳、ホットケーキ	
	5		6		7		8		9		10	
昼食	夏野菜のカレーライス、春雨サラダ、きのこのスープ、オレンジ		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		フィッシュバーガー、ブロッコリーサラダ、ころころスープ、すいか		ごはん、すき焼き風煮、和風サラダ、みそ汁(もやし・わかめ)、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、ひやむぎ		牛乳、チーズスティック		牛乳、フルーツポンチ		牛乳、マーブルケーキ		牛乳、アメリカンドック		牛乳、ゆかりおにぎり	
	12		13		14		15		16		17	
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、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		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)、グレープフルーツ		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、ココアクッキー		牛乳、シュガーパイ		牛乳、わかめごはん		牛乳、ぶどうゼリー、せんべい		牛乳、みそ焼きおにぎり	
	19		20		21		22		23		24	
昼食	チキンピラフ、フレンチサラダ、青菜のスープ、バナナ		チーズパン、タンドリーチキン、マカロニサラダ、野菜スープ、すいか		なすとトマトスパゲティー、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)、グレープフルーツ		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、手作りピザ		牛乳、フルーツかん		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	
	26		27		28		29		30		31	
昼食	ごはん、松風焼き、根菜のきんぴら、すまし汁(なめこ・もやし)、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		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、バナナ		タコライス、ジャーマンポテト、わかめのスープ、グレープフルーツ		ジャージャー麺、かぼちゃの甘煮、バナナ		焼豚チャーハン、ポテトサラダ、大根のスープ、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、梅しそごはん		牛乳、ドーナッツ		牛乳、ひじきおにぎり		牛乳、おかかおにぎり	

※都合により献立が変更する場合があります