

	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		ごはん、炒り鶏、キャベツのゆかり和え、みそ汁(えのき・油揚げ)、バナナ	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	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	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	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、かぼちゃパンケーキ	牛乳、青菜しらすごはん	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、アメリカンドック	牛乳、ホットケーキ
	7	8	9	10	11	12
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	ごはん、豚肉の生姜焼き、春雨の和え物、みそ汁(キャベツ・わかめ)、梨	ぶどうぱん、ローストチキン、コーンサラダ、ミネストローネ、オレンジ	きのこ御飯、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	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、揚げパン	牛乳、きのこ焼きうどん	牛乳、肉味噌おにぎり	牛乳、お麩ラスク	牛乳、チーズスティック	牛乳、おかかおにぎり
	14	15	16	17	18	19
昼食		中華丼、春雨サラダ、豆腐のスープ、柿	タンダー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、バナナ	ごはん、白身魚の西京焼き、ひじきサラダ、すまし汁(たまねぎ・わかめ)、オレンジ	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	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、パンブキンサンド	牛乳、ココアケーキ	牛乳、シュガーパイ	牛乳、ぶどうゼリー、せんべい	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、大根のスープ、りんご	ごはん、肉じゃが、青菜の納豆和え、みそ汁(麩・万能ねぎ)、グレープフルーツ	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、柿	さんまの蒲焼丼、もやしの甘酢和え、みそ汁(大根・えのき)、オレンジ	けんちんうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、お好み焼き	牛乳、さつまいもプリン	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、ゆかりおにぎり
	28	29	30	31		
昼食	ツナチャーハン、ビーフンサラダ、鶏肉と白菜のスープ、柿	三色どんぶり、ブロッコリーのおかか和え、みそ汁(豆腐・しめじ)、オレンジ	ロールパン、鶏肉のケチャップ焼き、マカロニサラダ、キャベツのスープ、バナナ	キーマカレー、ツナサラダ、かぶのスープ、りんご		
午後	牛乳、マーブルクッキー	牛乳、バナナケーキ	牛乳、きつねごはん	牛乳、ハロウィン・ライスコロッケ		

※都合により献立が変更する場合があります