

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
							1		2		3	
昼食												
午後												
	5		6		7		8		9		10	
昼食	焼豚チャーハン、じゃがいものサラダ、わかめのスープ、オレンジ		赤飯、松風焼き、紅白なます、田作り、すまし汁（麩・三つ葉）、みかん		スパゲティミートソース、コーンサラダ、野菜スープ、バナナ		ごはん、鮭の照り焼き、かぶと油揚げの含め煮、根菜のみそ汁、グレープフルーツ		ごはん、チンジャオロース、キャベツの中華風サラダ、中華スープ、みかん		カレーうどん、三色サラダ、バナナ	
午後	牛乳、シュガーパイ		牛乳、ゆかりおにぎり		牛乳、七草粥		牛乳、セサミトースト		牛乳、カレービーフン		牛乳、焼きおにぎり	
	12		13		14		15		16		17	
昼食			ツナピラフ、フレンチサラダ、かぶのスープ、オレンジ		照り焼きバーガー、花野菜サラダ、ホワイトシチュー、バナナ		ごはん、ぶりの揚げ浸し、白菜の和え物、みそ汁（えのき・わかめ）、ボンカン		ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、みそ汁（だいこん・油揚げ）、バナナ		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、ジャムサンド		牛乳、マーブルケーキ		牛乳、玄米がゆ（災害食）、せんべい		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、ホットケーキ	
	19		20		21		22		23		24	
昼食	焼肉丼、和風サラダ、みそ汁（白菜・たまねぎ）、グレープフルーツ		ごはん、タンドリーチキン、マカロニサラダ、青菜のスープ、バナナ		ごはん、すき焼き風煮、ひじきサラダ、みそ汁（白菜・もやし）、グレープフルーツ		ごはん、白身魚の香味焼き、彩野菜のおかか和え、みそ汁（じゃがいも・たまねぎ）、みかん		ロールパン、煮込みハンバーグ、ブロッコリーサラダ、ころころスープ、バナナ		チキンライス、サイコロサラダ、キャベツのスープ、バナナ	
午後	牛乳、きなこ揚げパン		牛乳、鮭おにぎり		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、キャロットケーキ		牛乳、にゅうめん		牛乳、ココアホットケーキ	
	26		27		28		29		30		31	
昼食	中華丼、春雨サラダ、豆腐のスープ、オレンジ		キーマカレー、ツナサラダ、きのこのスープ、みかん		ごはん、豆腐のつくね焼き、ほうれん草のごまあえ、みそ汁（キャベツ・麩）、バナナ		チーズパン、鶏肉のマーマレード焼き、コールスロー、ミネストローネ、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		野菜たっぷりうどん、さつまいもの甘煮、バナナ	
午後	牛乳、ドーナッツ		牛乳、スノーボールクッキー		牛乳、かぼちゃパンケーキ		牛乳、揚げごぼうおにぎり		牛乳、お麩ラスク		牛乳、みそ焼きおにぎり	

※都合により献立が変更する場合があります