

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	2	3	4	5	6	7
昼食	メキシカンピラフ、かぼちゃのサラダ、鶏と白菜のスープ、りんご	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)、みかん	焼きそばパン、ブロッコリーサラダ、オニオンスープ、グレープフルーツ	ごはん、豚肉の生姜焼き、ほうれん草のごまあえ、みそ汁(さつまいも・えのき)、みかん	鶏そぼろ丼、和風サラダ、みそ汁(豆腐・しめじ)、バナナ	ツナピラフ、ごまブロッコリーサラダ、野菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、恵方巻	牛乳、カップケーキ	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、ジャムサンド	牛乳、ホットケーキ
	9	10	11	12	13	14
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、鮭のチャンチャン焼き、大根サラダ、すまし汁(豆腐・万能ねぎ)、バナナ		中華丼、小松菜のナムル、すまし汁(わかめ・しめじ)、グレープフルーツ	ごはん、鶏の唐揚げ、切干し大根のサラダ、根菜のみそ汁、オレンジ	ナポリタン、サイコロサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、シュガーパイ	牛乳、おやつビビンバ		牛乳、きな粉揚げパン	牛乳、ココアクッキー	牛乳、ゆかりおにぎり
	16	17	18	19	20	21
昼食	ハヤシライス、フレンチサラダ、きのこのスープ、りんご	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	ごはん、肉豆腐、キャベツのゆかり和え、みそ汁(もやし・しいたけ)、バナナ	ごはん、ぶりの照り焼き、白菜の和え物、みそ汁(えのき・わかめ)、オレンジ	ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、すまし汁(大根・わかめ)、バナナ	きつねうどん、さつまいもの甘煮、バナナ
午後	牛乳、お好み焼き	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、シュガートースト	牛乳、玄米がゆ(災害食)、せんべい	牛乳、チーズナン	牛乳、おかかおにぎり
	23	24	25	26	27	28
昼食		チキンライス、ポテトサラダ、レタスのスープ、グレープフルーツ	ぶどうパン、煮込みハンバーグ、ツナサラダ、大根のスープ、バナナ	ごはん、さばのみそ焼き、彩野菜のおかか和え、すまし汁(じゃがいも・玉ねぎ)、オレンジ	ごはん、コロッケローフ、マカロニサラダ、みそ汁(白菜・にんじん)、キウイフルーツ	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、焼きうどん	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、わかめおにぎり	牛乳、ドーナッツ	牛乳、ココアホットケーキ

※都合により献立が変更する場合があります