

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
					1		2		3		4	
昼食					焼肉丼、ブロッコリーのおかか和え、みそ汁(豆腐・玉ねぎ)、オレンジ		ごはん、松風焼き、ほうれん草とツナのあえ物、すまし汁(キャベツ・油揚げ)、キウイフルーツ		ごはん、カジキマグロのステーキ、サイコロサラダ、みそ汁(大根・えのき)、バナナ		ツナピラフ、ブロッコリーサラダ、えのきのスープ、バナナ	
午後					牛乳、ホットケーキ		牛乳、チヂミ		牛乳、シュガートースト		牛乳、焼きおにぎり	
	6		7		8		9		10		11	
昼食	ツナチャーハン、コーンポテトサラダ、春雨スープ、オレンジ	ごはん、豚肉の生姜焼き、もやしの甘酢和え、みそ汁(じゃがいも・しめじ)、キウイフルーツ	ごはん、煮魚、ごまブロッコリーサラダ、みそ汁(にんじん・大根)、バナナ		ぶどうパン、照り焼きチキン、マカロニサラダ、春キャベツのスープ、グレープフルーツ		ごはん、油淋鶏、中華風あえ物、中華スープ、バナナ		野菜たっぷりうどん、さつまいもサラダ、バナナ			
午後	牛乳、キャロットケーキ	牛乳、チーズおにかおにぎり	牛乳、クッキー		牛乳、青菜おにぎり		牛乳、シュガーパイ		牛乳、ゆかりおにぎり			
	13		14		15		16		17		18	
昼食	ハヤシライス、コーンサラダ、鶏と青菜のスープ、バナナ	ごはん、チンジャオロース、キャベツの中華風サラダ、ワタンスープ、オレンジ	チーズパン、タンドリーチキン、ビーンズサラダ、オニオンスープ、バナナ		スパゲティミートソース、ポテトサラダ、白菜のスープ、オレンジ		ごはん、鮭の照り焼き、和風サラダ、みそ汁(しいたけ・玉ねぎ)、バナナ		焼豚チャーハン、じゃがいものそぼろあんかけ、チンゲン菜のスープ、バナナ			
午後	牛乳、揚げごぼうおにぎり	牛乳、りんごゼリー、せんべい	牛乳、いちごパンケーキ		牛乳、わかめおにぎり		牛乳、きな粉揚げパン		牛乳、ホットケーキ			
	20		21		22		23		24		25	
昼食	チキンライス、ピーマンサラダ、ころころスープ、キウイフルーツ	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、肉じゃが、ごぼうのサラダ、みそ汁(わかめ・麩)、バナナ		ロールパン、鶏肉のマーマレード焼き、花野菜サラダ、ミネストローネ、グレープフルーツ		豆ごはん、たらこの竜田揚げ、キャベツのゆかり和え、みそ汁(大根・万能ねぎ)、バナナ		ナポリタン、コールスロー、ポテトスープ、バナナ			
午後	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、ジャムサンド	牛乳、チーズスティック		牛乳、おやつビビンバ		牛乳、マカロニのきな粉和え		牛乳、みそ焼きおにぎり			
	27		28		29		30					
昼食	カレーライス、アスパラガスのツナサラダ、きのこのスープ、キウイフルーツ	ごはん、さわらのフライ、大根サラダ、みそ汁(なめこ・玉ねぎ)、バナナ			マーボー豆腐丼、春雨サラダ、わかめのスープ、オレンジ							
午後	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、ひじきおにぎり			牛乳、マーブルクッキー							

※都合により献立が変更する場合があります