

|    | 月曜日                            |                                     | 火曜日                                        |  | 水曜日                                         |  | 木曜日                                        |  | 金曜日                            |  | 土曜日                            |  |
|----|--------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------------|--|---------------------------------------------|--|--------------------------------------------|--|--------------------------------|--|--------------------------------|--|
|    |                                |                                     |                                            |  | 1                                           |  | 2                                          |  | 3                              |  | 4                              |  |
| 昼食 |                                |                                     |                                            |  | ごはん、ポークチャップ、キャベツのゆかり和え、みそ汁（えのき・じゃが芋）、すいか    |  | 冷やし中華、かぼちゃのサラダ、キウイフルーツ                     |  | マーボーなす丼、もやしのナムル、中華スープ、バナナ      |  | 鶏そぼろ丼、コーンサラダ、すまし汁（麩・えのきたけ）、バナナ |  |
| 午後 |                                |                                     |                                            |  | 牛乳<br>シュガートースト                              |  | 牛乳<br>鶏そぼろおにぎり                             |  | 牛乳<br>お麩ラスク                    |  | 牛乳<br>ホットケーキ                   |  |
|    | 6                              |                                     | 7                                          |  | 8                                           |  | 9                                          |  | 10                             |  | 11                             |  |
| 昼食 | 焼豚チャーハン、ツナサラダ、キャベツのスープ、オレンジ    | ごはん、七タバーグ、ポテトサラダ、天の川スープ、バナナ         | 三色どんぶり、さつまいもサラダ、みそ汁（小松菜・麩）、グレープフルーツ        |  | ごはん、鮭の西京焼き、切干し大根のサラダ、冬瓜と鶏のスープ、オレンジ          |  | ごはん、鶏の唐揚げ、青菜の納豆和え、みそ汁（しめじ・万能ねぎ）、バナナ        |  | ナポリタン、ブロッコリーのソテー、じゃがいものスープ、バナナ |  |                                |  |
| 午後 | 牛乳<br>キャラットケーキ                 | 牛乳<br>七タフルーツポンチ                     | 牛乳<br>ピザトースト                               |  | 牛乳<br>ゆでとうもろこし                              |  | 牛乳<br>ひやむぎ                                 |  | 牛乳<br>おかかおにぎり                  |  |                                |  |
|    | 13                             |                                     | 14                                         |  | 15                                          |  | 16                                         |  | 17                             |  | 18                             |  |
| 昼食 | 夏野菜のカレーライス、ごぼうのサラダ、青菜のスープ、オレンジ | ごはん、肉じゃが、きゅうりの浅漬、みそ汁（しめじ・玉ねぎ）、バナナ   | ロールパン、鶏肉のマーマレード焼き、キャベツのサラダ、きのこのスープ、キウイフルーツ |  | ジャージャー麺、ひじきサラダ、すいか                          |  | 枝豆御飯、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・わかめ）、バナナ |  | きつねうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ       |  |                                |  |
| 午後 | 牛乳<br>トマトチーズクラッカー              | 牛乳<br>せんべい、オレンジゼリー                  | 牛乳<br>わかめおにぎり                              |  | 牛乳<br>夕焼けごはん                                |  | 牛乳<br>ジャムサンド                               |  | 牛乳<br>いちごホットケーキ                |  |                                |  |
|    | 20                             |                                     | 21                                         |  | 22                                          |  | 23                                         |  | 24                             |  | 25                             |  |
| 昼食 |                                | メキシカンピラフ、ブロッコリーサラダ、夏野菜スープ、オレンジ      | ホットドッグ、花野菜サラダ、コーンクリームスープ、バナナ               |  | ごはん、豚肉となすのみそ煮、春雨サラダ、すまし汁（キャベツ・油揚げ）、グレープフルーツ |  | ごはん、あじのフライ、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（にんじん・大根）、バナナ   |  | ツナピラフ、カラフルサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ    |  |                                |  |
| 午後 |                                | 牛乳<br>シュガーパイ                        | 牛乳<br>いちごパンケーキ                             |  | 牛乳<br>フライドポテト                               |  | 牛乳<br>クラッカーサンド                             |  | 牛乳<br>ココアホットケーキ                |  |                                |  |
|    | 27                             |                                     | 28                                         |  | 29                                          |  | 30                                         |  | 31                             |  |                                |  |
| 昼食 | ハヤシライス、みそドレサラダ、やさいスープ、オレンジ     | ごはん、煮魚、ごまブロッコリーサラダ、みそ汁（にんじん・なす）、バナナ | チーズパン、タンドリーチキン、ラタトゥイユ、ころころスープ、すいか          |  | ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、みそ汁（じゃがいも・万能ねぎ）、キウイフルーツ   |  | ごはん、魚の香草パン粉焼き、大根サラダ、みそ汁（豆腐・なめこ）、バナナ        |  |                                |  |                                |  |
| 午後 | 牛乳<br>メロンパンクッキー                | 牛乳<br>春巻き                           | 牛乳<br>きつねごはん                               |  | 牛乳<br>ごま味噌おにぎり                              |  | 牛乳<br>揚げパン                                 |  |                                |  |                                |  |

※都合により献立が変更する場合があります