

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日				
午前						1	調整豆乳、プレーンビスケット			
昼食						ごはん、野菜そぼろ丼(納豆)・具、もも缶				
午後						スキム牛乳、菜飯おにぎり(しらす)				
午前	3	4	5	6	7	8				
昼食	牛乳、塩せんべい	調整豆乳、カステラ	牛乳、塩せんべい	牛乳、ウエハース	牛乳、白い風船	調整豆乳、プレーンビスケット				
午後	ごはん、豆腐丼(カレー風味)・具、すまし汁(こまつな・鶏)、きゅうりのゆかりあえ、オレンジ	ごはん、みそ汁(もやし・あげ)、かじきのきのこがけ、焼きかぼちゃ、りんご	ごはん、納豆汁(だいこん)、肉じゃが・カレー味(豚肉)、きゅうりの酢の物(みかん)	ごはん、みそ汁(豆腐・なす)、さんまの煮つけ、蒸し野菜のサラダ、バナナ	ごはん、ピーマンのスープ(チンゲン菜)、厚揚げのそぼろあん、バイクド里芋(ごま)、キウイフルーツ	焼きそば、オレンジ				
午後	スキム牛乳、にんじんおやき	スキム牛乳、おやつ・チャーハン(ツナ・ひじき)	スキム牛乳、凍り豆腐のきな粉トースト	スキム牛乳、キャロットゼリー(寒天)	スキム牛乳、ゆで卵	スキム牛乳、米粉蒸しパン・さつまいも				
午前	10	11	12	13	14	15				
昼食	スポーツの日	調整豆乳、カステラ	牛乳、塩せんべい	牛乳、ウエハース	牛乳、白い風船	調整豆乳、プレーンビスケット				
午後		ごはん、みそ汁(だいこん・チンゲン菜)、さけの酒蒸し、ひじきとさつまいもの炒り煮、りんご	ごはん、ふりかけ・じゃこ(ねぎ)、じゃがいものスープ、豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ)、かぶときゅうりのサラダ、みかん缶	ごはん、豆腐旨煮(キャベツ)、ししゃものごま焼き、はるさめともやしのソテー、蒸し芋	ごはん、鶏肉のトマト煮、粉ふき芋、キャベツのパンサラダ	ごはん、てりやき野菜炒め、キウイフルーツ				
午後	スキム牛乳、いもかんてん	スキム牛乳、ゆで卵のミートソースかけ	スキム牛乳、野菜もち(こまつな・きな粉)	スキム牛乳、米粉ドーナツ・おからバナナ	スキム牛乳、卵サンド	スキム牛乳、おにぎり(じゃこおかか)				
午前	17	18	19	20	21	22				
昼食	牛乳、塩せんべい	調整豆乳、カステラ	牛乳、塩せんべい	牛乳、ウエハース	スポーツフェスティバル	調整豆乳、プレーンビスケット				
午後	ごはん、けんちん汁、さんまのかば焼き風、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、りんご	ごはん、クラムチャウダー(豆乳)、豚肉と野菜のごま炒め、ゆでブロッコリー	ごはん、みそ汁(はくさい・さといも)、焼きがんもどきのあんかけ、かぼちゃ(蒸し)、りんご	ごはん、みそ汁(なす・あげ)、さわらとごぼうの煮つけ、はるさめの酢の物(みかん)	野菜ジュース125、おにぎり	ごはん、豚丼・具、りんご				
午後	スキム牛乳、いもかんてん	スキム牛乳、お好み焼き風卵焼き	スキム牛乳、おやつ小魚(ごま)、トマトゼリー	スキム牛乳、おたのしみカップケーキ		スキム牛乳、ソフトパン(大豆・きな粉)				
午前	24	25	26	27	28	29				
昼食	牛乳、塩せんべい	調整豆乳、カステラ	牛乳、塩せんべい	牛乳、ウエハース	牛乳、白い風船	調整豆乳、プレーンビスケット				
午後	ごはん、きのこのハヤシライス(手作り)・具、小松菜のしらすサラダ(キャベツ)、甘煮豆(いんげん豆)、バナナ	ごはん、みそ汁(はくさい・あげ)、さばの焼きおろし煮、かぼちゃのマリネ	ごはん、マーボー豆腐(キッズ)、もやしのナムル、さつまいものレモン煮	ごはん、みそ汁(なす・じゃがいも)、鶏むね肉のふくら焼き、れんこんと厚揚げの炒め煮、キウイフルーツ	ごはん、豆腐すまし汁(だいこん・あげ)、さわらの五目とろみ煮、ブロッコリーのごまサラダ	ごはん、ポトフ、バナナ				
午後	スキム牛乳、おやつ小魚(ごま)、せんべい	スキム牛乳、まぐろの卵チャーハン	スキム牛乳、豆乳フルーツかんてん(もも)	スキム牛乳、おやつ・油揚げと野菜の混ぜご飯	スキム牛乳、ゆで卵、りんご	スキム牛乳、おやつ・おさかなごはん				
午前	31									
昼食	牛乳、塩せんべい、牛乳									
午後	豆乳クリームドリア、ゆでブロッコリー、かぼちゃのスープ、フルーツカクテル(もも)、ごはん									
午後	牛乳、豆腐ココアケーキ、スキム牛乳									