

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 牛乳、ウエハース	2 牛乳、白い風船	3 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食				ごはん、クラムチャウダー(豆乳)、ハニースパイシーチキン、蒸し野菜、もも缶	ごはん、みそ汁(切干だいこん・わかめ)、さわらの包み焼き、卵の花(人参・鶏ひき肉)、カリカリきゅうり	ごはん、てりやき野菜炒め、オレンジ
午後				スキム牛乳、野菜もち(こまつな・きな粉)	スキム牛乳、厚焼き卵	スキム牛乳、焼きもろこしおにぎり
午前	5 牛乳、塩せんべい	6 調整豆乳、カステラ	7 牛乳、塩せんべい	8 牛乳、ウエハース	9 牛乳、白い風船	10 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、混ぜ寿司(しらす)・具、すまし汁(もやし・にんじん)、豆腐のごまみそ焼き、かぼちゃ(蒸し)	ごはん、みそ汁(じゃがいも・たまねぎ)、さんまのかば焼き、白和え(ほうれん草・にんじん・ごま)	ごはん、みそ汁(かぼちゃ・チンゲン菜)、豚肉とキャベツのすき焼き風煮物、ペイクド里芋(青のり)、みかん缶	ごはん、野菜スープ(キャベツ・コーン)、肉団子(焼き)、野菜のごまあえ、キウイフルーツ	ごはん、豆腐みそ汁(あげ)、白身魚の香り蒸し(人参)、揚げなす(いんげん)、フルーツカクテル(パイナップル・みかん)	焼きビーフン(豚肉・干しえび)、バナナ
午後	スキム牛乳、キャロットケーキ(大豆粉・米粉)	スキム牛乳、おやつ・チャーハン(豚肉)	スキム牛乳、にんじんおやき	スキム牛乳、米粉蒸しパン・さつまいも	スキム牛乳、卵サンド	スキム牛乳、おにぎり(さけ・ごま)
午前	12 牛乳、塩せんべい	13 調整豆乳、カステラ	14 牛乳、塩せんべい	15 牛乳、ウエハース	16 牛乳、白い風船	17 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、ビーンズライス・具、じゃがいものスープ煮、大根のピクルス、バナナ	ごはん、みそ汁(もやし・にら)、さわらのサラダ焼き、ひじきの煮物(にんじん)、みかん缶	ごはん、みそ汁(豆腐・なす)、牛肉とごぼうの炒め煮、おくらとキャベツの和え物、オレンジ	ごはん、豚汁(トマト)、白身魚の煮つけ、さっぱりポテトサラダ	ごはん、みそ汁(かぼちゃ・わかめ)、揚げ豆腐の和風あんかけ、きゅうりのゆかりあえ、みかん缶	ごはん、豚肉と野菜の炒め物、キウイフルーツ
午後	スキム牛乳、おやつ小魚(ごま)、ポップコーン(カレー塩)	スキム牛乳、ゆで卵	スキム牛乳、おにぎり(じゃこごま)	スキム牛乳、おやつ・ピピンバ	スキム牛乳、お好み焼き風卵焼き	スキム牛乳、五平餅
午前	19 牛乳、塩せんべい	20 調整豆乳、カステラ	21 牛乳、塩せんべい	22 牛乳、ウエハース	23 牛乳、白い風船	24 調整豆乳、プレーンビスケット
昼食	ごはん、豆腐旨煮椀(キャベツ)、さけの西京焼き、さつま芋の甘煮、みかん缶	ごはん、すまし汁(豆腐・オクラ)、豚肉とたまねぎのソテー、ゆでブロッコリー、キャベツのパンサラダ	おにぎり(さけ)、鶏のから揚げ、厚焼き卵、ゆでブロッコリー、ミニトマト	ごはん、みそ汁(だいこん・ねぎ)、炒り豆腐(ひじき)、焼きかぼちゃ天(ごま)、オレンジ	ごはん、みそ汁(もやし・わかめ)、ハンバーグ(トマト)、ゆで野菜、キウイフルーツ	ごはん、野菜そぼろ丼(納豆)・具、パイナップル缶
午後	スキム牛乳、にんじんボンデケーキ	スキム牛乳、厚焼き卵・ツナ	野菜ジュース125、チーズ(ボール)、ミニゼリー	スキム牛乳、ゆで卵のミートソースかけ	スキム牛乳、おたのしみカップケーキ	スキム牛乳、米粉蒸しパン・黒糖
午前	26 牛乳、塩せんべい	27 調整豆乳、カステラ	28 牛乳、塩せんべい	29 牛乳、ウエハース	30 牛乳、白い風船	
昼食	ごはん、混ぜ御飯(鶏肉・大豆)・具、はるさめスープ(わかめ)、ブロッコリーの玉ねぎドレッシング、バナナ	ごはん、豆腐すまし汁(油揚げ・ねぎ)、さわらの五目とろみ煮、いんげんのごまあえ(塩)	ごはん、みそ汁(なす・えのき)、豆腐の五目焼き、トマトのツナ和え、りんご缶	ごはん、みそ汁(たまねぎ・かぼちゃ)、豚肉と昆布の炒め煮(にんじん)、キャベツのしらす和え(ごま)、もも缶	ごはん、すまし汁(だいこん・にんじん)、さわらの蒸しみそ焼き、きゅうりの昆布あえ、みかん缶	
午後	スキム牛乳、凍り豆腐のきな粉トースト	スキム牛乳、卵サンド	スキム牛乳、おにぎり(さけ・ごま)	スキム牛乳、米粉ドーナツ・おからバナナ	スキム牛乳、まぐろの卵チャーハン	