

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前					1 牛乳	2
昼食					ごはん マーボー豆腐 パンサンスー しゅうまい	焼きそば ジョア バナナ
午後					ヨーグルト、せんべい	
午前	4 牛乳	5 アシドミルク	6 牛乳	7 豆乳	8 牛乳	9
昼食	ごはん すき焼き煮 切り干し大根の ごまマヨ和え オレシジ	ごはん さんまの蒲焼き 糸きりわかめサラダ 五目みそ汁	ごはん 肉じゃが 揚げ大豆の小魚 からめ トマト スティック野菜	枝豆ごはん 鶏肉の梅肉焼き かぼちゃサラダ 白菜のみそ汁	さつまいも カレーライス キャベツのツナ和え チーズ	ごもくうどん ぶどうヨーグルト 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳、パイ	牛乳 ★りんごケーキ	豆乳 バナナのスティック ケーキ	牛乳、肉まん	★フルーチェ	
午前	11 ヤクルト	12 牛乳	13 牛乳	14 アシドミルク	15 牛乳	16
昼食	わかめごはん 豚肉と大根の煮物 スパサラダ りんご	ごはん ポークビーンズ 海藻サラダ 肉団子	ごはん 鮭の西京焼き はるさめサラダ きのこのすまし汁	ごはん 豚肉のケチャップ 炒め ジャーマンポテト コーンかき玉スープ	玄米入りごはん 白味噌ポトフ カッターシチース サラダ チキンナゲット	スパゲティ やさしいジュース チーズ
午後	牛乳 ★さつまいも ドーナツ	ジョア せんべい	豆乳 ★レーズン蒸しパン	牛乳、ビスケット	牛乳 お米のスイートポテト	
午前	18 アシドミルク	19 牛乳	20 豆乳	21 牛乳	22 牛乳	23
昼食	さつま芋ごはん 鶏肉の照り焼き みそドレサラダ すまし汁	ごはん 岩石揚げ キャベツの即席漬け けんちん汁	ミートソース スパゲティ マセドアンサラダ 大根スープ	玄米入りごはん 鮭のホイル焼き ほうれん草の 中華和え 豚汁	バターロール 白菜のクリーム煮 ブロッコリーの ツナサラダ ウインナー	みそラーメン ヨーグルト 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳 ★ジャムサンド	アシドミルク ビスケット	牛乳 メープルマフィン	豆乳、せんべい	お茶 ★くりごはんおにぎり	
午前	25 牛乳	26 豆乳	27 アシドミルク	28 牛乳	29 ヤクルト	30
昼食	玄米入りごはん ちくわ磯辺揚げ 切り干しサラダ 芋汁	オムライス かぼちゃ型 ハンバーグ ブロッコリーの ごま酢和え キャベツのスープ	ゆかりごはん 江戸っ子煮 ちりじゃこサラダ チーズ	きのこの ハヤシライス 和風サラダ バナナ	ごはん 鶏肉のマーマレード煮 小松菜のツナ和え じゃがいもと わかめのみそ汁	カレーうどん ジョア バナナ
午後	牛乳、焼きドーナツ	牛乳 パンフキンババロア	牛乳、★豆乳もち	やさしいジュース せんべい	牛乳 ★きなこクッキー	

- 26日は誕生会です。
- ★は手作りおやつです。