

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前				1 牛乳	2 アシドミルク	3
昼食				バターチキン カレーライス 海藻サラダ チーズ	ごはん とうがん煮 五目ごま和え 揚げ大豆の 小魚がらめ	いなりうどん ヨーグルト 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後				やさいジュース 乾パン(一般児) ビスケット(未満児)	牛乳 せんべい	
午前	5 豆乳	6 牛乳	7 ヤクルト	8 アシドミルク	9 牛乳	10
昼食	ごはん すき焼き煮 ひじきの 和風サラダ オレンジ	ごはん 豆腐のまさご揚げ はるさめサラダ 豚汁	☆ABC光お弁当バイキング☆ わかめごはん 鶏の照り焼き ウインナー、ポテト ブロッコリーのごま酢和え トマト、なし 白菜のスープ(空星)	玄米入りごはん 鮭の洋風西京焼き わかめフレンチ 豆乳コーン チャウダー	ひじきごはん 肉団子 切り干し大根の ごまマヨ和え 沢煮碗 さつまいもの レモン煮	和風スバゲティ ジョア バナナ
午後	牛乳 ★おさつフライ	豆乳 メープルマフィン	フローズンヨーグルト (一般児) ぶどうヨーグルト(未満児)	牛乳 ★かぼちゃ小豆 ケーキ	豆乳 うさぎちゃんゼリー	
午前	12 牛乳	13 牛乳	14 ヤクルト	15 牛乳	16 豆乳	17
昼食	中華おこわ 鶏肉の味噌からめ 焼き 糸きりわかめサラダ 大根スープ	玄米入りごはん 魚のコーンマヨ焼き チーズ入り納豆和え 五目みそ汁	ごはん なすと鶏肉の 南蛮漬け 枝豆 はるさめスープ	手作りふりかけ ごはん 豚肉と大豆の磯煮 キャベツのツナ和え バナナ	ごはん 豚肉のソースマリネ ジャーマンポテト 卵とわかめのスープ	ジャージャー種 やさいジュース 味付小魚(A~光) チーズ(空・星)
午後	牛乳 焼きドーナツ	豆乳 ★きな粉クッキー	りんごヨーグルト せんべい(A~光)	アシドミルク パイ	牛乳 ★ジャムサンド	
午前	19	20 アシドミルク	21 ヤクルト	22 オレンジ ジュース	23	24
昼食	敬老の日	玄米入りごはん 魚の甘酢ソースがけ 小松菜のお浸し さつまいものみそ汁	人参じゃこごはん チーズハンバーグ ブロッコリーの ツナサラダ わかめのスープ	ごはん 卵とじ煮 豆乳ドレッシング サラダ ウインナー	秋分の日	わかめラーメン ヨーグルト チーズ
午後		牛乳 ビスケット	やさいジュース シュークリーム	牛乳 ★にんじんもち せんべい(空星)		
午前	26 牛乳	27 ヤクルト	28 牛乳	29 牛乳	30 アシドミルク	
昼食	レーズン食パン 人参ポタージュ トマトとわかめの サラダ チキンナゲット	ごはん 江戸っ子煮 和風サラダ なし	玄米入りごはん 豆腐の中華煮 はるさめの ごま酢和え しゅうまい	ゆかりごはん ちくわ磯辺揚げ 切り干しサラダ じゃがいもと わかめのみそ汁	ハヤシライス ちりじゃこサラダ バナナ	
午後	お茶 ★おにぎり	豆乳 お米のスイート ポテト	やさいジュース ★ココア豆乳プリン	ジョア(A~光) ヤクルト(空星) せんべい	牛乳 ★レーズン 米粉蒸しパン	

・7日はお弁当バイキングです。からのお弁当箱の用意をお願いします。
 ・21日は誕生会です。
 ・★は手作りおやつです。