



毎月1日は野菜の日・19日は食育の日です。(普通食)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
				1	2	3
昼食				ごはん 味噌汁(じゃが芋・人参) 豚肉ごま焼き ほうれん草中華和え 果物	ごはん 味噌汁(白菜・豆腐) ほっけのチーズ焼き 春雨サラダ 果物	お休み 
午後おやつ				牛乳・南瓜ジャムサンド	牛乳・きなこトースト	
	5	6	7	8	9	10
昼食	ごはん 味噌汁(白菜・ふのり) 鶏肉の松風焼き 小松菜納豆和え 果物	バターロール 南瓜バタージュ 豚肉の香味焼き キャベツと人参のサラダ 果物	ごはん 味噌汁(豆腐・ほうれん草) かれい味噌マヨネーズ焼き 南瓜のグラッセ風 果物	ごはん 味噌汁(もやし・わかめ) 炒め納豆 チンゲン菜お浸し 果物	お弁当の日 	お休み 
午後おやつ	牛乳・つぶつぶコーンパン	牛乳・ゆでとうもろこし・せんべい	ヨーグルト・鉄強化クラッカー・かえり煮干	牛乳・メロンパン・昆布	牛乳・スイートポテト	
	12	13	14	15	16	17
昼食	ごはん 味噌汁(水菜・玉ねぎ) チキンカツ 大根炒め煮 果物	ごはん 麦茶 シーフードカレー 大根コーン和え 果物	ごはん 味噌汁(小松菜・大根) 鶏肉のから揚げ ブロッコリーごま和え 果物	ごはん 味噌汁(じゃが芋・人参) 豚肉ごま焼き ほうれん草中華和え 果物	ごはん 味噌汁(白菜・豆腐) ほっけのチーズ焼き 春雨サラダ 果物	お休み 
午後おやつ	牛乳・アップルゼリー・ビスケット	牛乳・人参ホットケーキ	牛乳・ポテトケーキ	牛乳・南瓜ジャムサンド	牛乳・きなこトースト	
	19	20	21	22	23	24
昼食	お休み 	バターロール 南瓜バタージュ 豚肉の香味焼き キャベツと人参のサラダ 果物	うさぎさんカレー 麦茶 南瓜のグラッセ風 果物	ごはん 味噌汁(キャベツ・ふのり) 大豆かき揚げ ブロッコリー生姜和え 果物	お休み 	お休み 
午後おやつ		牛乳・ゆでとうもろこし・せんべい	ヨーグルト・鉄強化クラッカー・かえり煮干	牛乳・米粉のチーズマドレーヌ		
	26	27	28	29	30	
昼食	ごはん 味噌汁(水菜・玉ねぎ) チキンカツ 大根炒め煮 果物	ごはん 麦茶 シーフードカレー 大根コーン和え 果物	ごはん 味噌汁(小松菜・大根) 鶏肉のから揚げ ブロッコリーごま和え 果物	ごはん 味噌汁(もやし・わかめ) 炒め納豆 チンゲン菜お浸し 果物	ごはん 味噌汁(南瓜) 鮭のムニエル風 小松菜しらす和え 果物	
午後おやつ	牛乳・アップルゼリー・ビスケット	牛乳・人参ホットケーキ	牛乳・ポテトケーキ	牛乳・メロンパン・昆布	牛乳・スイートポテト	