

						1(土)						
午前												
昼食												
午後												
3(月)		4(火)		5(水)		6(木)		7(金)		8(土)		
午前			野菜・果物ジュース		牛乳		オレンジジュース		牛乳			
昼食			ロールパン 鶏肉のマーマレード煮 かぼちゃサラダ ミルクスープ、お茶		ごはん 松風焼き 紅白なます 田作り、バナナ、お茶		ごはん 豆腐ナゲット さつまいもサラダ 豚汁、お茶		ロールパン 魚のカレーマヨ焼き 野菜炒め りんご、牛乳		ごはん 豚肉と青菜の中華炒め 拌三絲 じゃがいものスープ、お茶	
午後			お茶 カステラ		お茶 フルーツゼリー		牛乳 きなこトースト		お茶 七草粥		お茶 サブシ	
10(月)		11(火)		12(水)		13(木)		14(金)		15(土)		
午前	成人の日		牛乳		乳酸菌飲料		牛乳		フルーツ豆乳		牛乳	
昼食			ロールパン チーズハンバーグ フレンチサラダ フライドポテト、みかん缶、牛乳		牛肉の炊き込み御飯 魚の照り焼き キャベツのおかかあえ 豆腐のすまし汁、お茶		ごはん 高野豆腐の卵とじ こまつなのおひたし だいこんのみそ汁、お茶		ロールパン レバーのごまみそ和え きゅうりとハムのマリネ バナナ、牛乳		ごはん 鶏肉の南蛮漬け さつまいもの卵の花 みかん、お茶	
午後			オレンジジュース えびせん		お茶 ウエハース		お茶 ミートソースパスタ		お茶 五平もち		お茶 ゴーフレット	
17(月)		18(火)		19(水)		20(木)		21(金)		22(土)		
午前	オレンジジュース		牛乳		牛乳		野菜・果物ジュース		牛乳		牛乳	
昼食	ごはん 豆腐とツナの炒り卵 青菜のサラダ かぼちゃのみそ汁、お茶		ロールパン マカロニグラタン キャベツときゅうりのサラダ みかん、牛乳		五目ちらし寿し 魚のフライ マカロニサラダ バナナ、お茶		ごはん じゃがいもとひき肉のパン粉焼き きゅうりとかぶの酢物 豆腐とさといものすまし汁、お茶		ロールパン 魚のチーズフリッター だいこんサラダ りんご、牛乳		ごはん 牛肉の甘辛炒め ツナポテト みかん、お茶	
午後	牛乳 りんごヨーグルト蒸しパン		お茶 焼きそば		お茶 甘辛せんべい		お茶 プリン		お茶 ふかし芋		お茶 ビスケット	
24(月)		25(火)		26(水)		27(木)		28(金)		29(土)		
午前	牛乳		りんごジュース		牛乳		フルーツ豆乳		牛乳		牛乳	
昼食	ごはん ホイコーロー ナムル チンゲンサイのスープ、お茶		ロールパン 魚のレモン煮 コールスローサラダ バナナ、牛乳		キーマカレー スバゲティサラダ みかん、お茶		ごはん かき揚げ 青菜ときこのおひたし 五目スープ		ロールパン カレービーンズ きゅうりとツナのマリネ トマト、牛乳		ごはん 筑前煮 ブロッコリーのごまあえ パイン缶、お茶	
午後	牛乳 チーズパン		お茶 おかき		お茶 フリッツ		牛乳 カップケーキ		お茶 きなこ菓子		お茶 クラッカーサンド	
31(月)												
午前	野菜・果物ジュース											
昼食	ごはん 揚げ魚のきのこあんかけ 青菜と卵のあえもの りんご、お茶											
午後	お茶 さつまいものごま団子											

