

						1(金)	2(土)
午前						牛乳	牛乳
昼食						衣笠丼 青菜としめじのソテー りんご	ごはん 豚肉と豆腐のみそバター炒め もやしのごまあえ トマト
午後						お茶 アイスクリーム	牛乳 クッキー
		4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)
午前	牛乳	牛乳	乳酸菌飲料	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 酢鶏 青菜の卵あえ 豆腐となすのみそ汁	ごはん 焼き魚 かぼちゃのうま煮 豚汁	ごはん 豚肉のしょうが焼き はるさめサラダ バナナ	ロールパン 鶏肉のマヨ絡め にんじんしりしり かきたま汁	キーマカレー フレンチサラダ りんご	ごはん 厚揚げの挽き肉煮 もやしとちりめんの酢物 トマト	
午後	お茶 フルーツポンチ	牛乳 ココア揚げパン	牛乳 ビスケット	お茶 きのこスパゲティ	お茶 お好み焼き(豚肉)	牛乳 カステラ	
		11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)
午前	牛乳 お誕生日会	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳
昼食	里芋とひじきの炊き込みごはん 鶏肉のたつた揚げ スパゲティサラダ なし 	ごはん 韓国風スタミナ炒め ナムル パン缶	ごはん 厚揚げの中華煮 ブロッコリーのごまあえ トマト	ツイストパン カレービーンズ 青菜のおひたし バナナ	ごはん 魚のムニエル 白あえ だいごんのすまし汁	ごはん 肉じゃが 切り干しだいごんのごまあえ みかん缶	
午後	牛乳 プリン	牛乳 にんじんジャムサンド	オレンジジュース 米せんべい	お茶 おにぎり	牛乳 スイートポテト	牛乳 パイ菓子	
		18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)
午前	敬老の日 	牛乳	牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	牛乳	秋分の日 
昼食		ごはん さけのチャンチャン焼き きんぴら トマト	ロコモコ丼 ブロッコリーサラダ なし	ロールパン レバーのバーベキューソースかけ 野菜炒め バナナ	ごはん 魚のトマトソース煮 ささみサラダ はるさめときのこのスープ		
午後		牛乳 クリームパン	フルーツ豆乳 いもがし	牛乳 甘辛せんべい	お茶 ヨーグルト		
		25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉のラビゴットソースかけ 青菜とキャベツのおひたし りんご	ごはん 牛肉の香味焼き パンサンスー トマト	ごはん 魚のオーロラソースかけ ひじきサラダ 野菜スープ	ごはん 華風炒め ポテトサラダ チンゲンサイのスープ	ごはん いもたき だいごんの酢物 トマト 	マーボーなす丼 青菜ともやしのおかかあえ パン缶	
午後	牛乳 ラスク	牛乳 コーンスナック	牛乳 さつまいもスティック	牛乳 クリームサンドビスケット	牛乳 お月見蒸しパン	牛乳 揚げせんべい	