

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)
午前		牛乳	牛乳	フルーツ豆乳	牛乳	牛乳
昼食		ごはん 豆腐団子の空揚げ ひじきの酢物 バナナ	ごはん 魚のごまみそ焼き 青菜とコーンのあえもの 豆腐とかぼちゃのみそ汁	ロールパン 豚肉のケチャップ炒め マカロニサラダ トマト	ごはん 魚のカレームニエル さといものそぼろ煮 ビーフン汁	ごはん 高野豆腐の挽き肉かけ もやしときゅうりの酢物 パン缶
午後		お茶 フルーツゼリー	牛乳 お麩のラスク	牛乳 塩せんべい	牛乳 黒ごま蒸しパン	牛乳 クッキー
	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前	牛乳	乳酸菌飲料	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 鶏肉と切り干しだいこんの煮物 キャベツとツナのあえもの りんご	カレーライス レタスとコーンのサラダ バナナ	ごはん 肉豆腐 青菜のおかかあえ トマト	ツイストパン 魚のレモン煮 ポテトサラダ レタスのスープ	ごはん ちくわの磯辺揚げ 青菜のおひたし 豆腐のすまし汁	ごはん 大豆入り磯煮 青菜のあえもの トマト
午後	牛乳 クラッカーサンド	お茶 いちごヨーグルト	牛乳 コーンスナック	お茶 ミートソースパスタ	牛乳 おさつスティック	牛乳 サブレ
	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前		牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳	牛乳
昼食		スタミナ丼 キャベツとわかめの甘酢あえ りんご	ごはん 魚のから揚げ ブロッコリーとハムのマリネ 豆腐とわかめのみそ汁	ロールパン 豚肉のしょうが焼き ひじきのごまネーズ トマト	ごはん ボークビーンズ キャベツときのこのソテー バナナ	ごはん チャプチェ風 もやしとハムの酢物 トマト
午後		牛乳 ビスケット	牛乳 カップケーキ	牛乳 ゴーフレット	牛乳 プリン	フルーツ豆乳 薄焼きせんべい
	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前	牛乳	オレンジジュース	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	ごはん 焼き魚 青菜のごまあえ けんちん汁	ごはん 豚肉と青菜炒め かぼちゃのうま煮 りんご	ごはん クリームシチュー りんごサラダ バナナ	ツイストパン 鶏つくね煮込みハンバーグ リョネーズポテト トマト	ごはん 魚のチーズフリッター はるさめの中華酢物 コンソメスープ	
午後	牛乳 メロンパン	牛乳 甘辛せんべい	牛乳 えびせん	お茶 おにぎり	牛乳 コーンマヨパン	
	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)		
午前	牛乳	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳 お誕生日会		
昼食	ごはん マーボー豆腐 わかめとはくさいの酢物 りんご	ごはん 魚のたつた揚げ キャベツのごまあえ さつまいものみそ汁	ごはん レバーの甘辛煮 野菜炒めトマト	さつまいもごはん ささみカツ グリーンフレンチサラダ バナナ		
午後	お茶 お好み焼き(豚肉)	牛乳 にんじんジャムサンド	お茶 ひじきとツナの混ぜごはん	牛乳 かぼちゃドーナツ		