

		1(水)	2(木)	3(金)	4(土)		
午前					牛乳		
昼食					豚丼 もやし酢物 トマト		
午後					牛乳 米せんべい		
		6(月)	7(火)	8(水)	9(木)	10(金)	11(土)
午前	牛乳	牛乳	オレンジジュース・お誕生日会	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ガバオライス だいこんとコーンのサラダ バナナ	ごはん 八宝菜 きゅうりとちくわの酢物 トマト	ひじきのもぶり鮓 魚のたつた揚げ スパゲティサラ キウイフルーツ	ごはん 豆腐ナゲット だいこんサラダ ビーフン汁	カレーライス はるさめサラダ みかん缶	ごはん 筑前煮 はくさいのおひたし パイ缶	ごはん 筑前煮 はくさいのおひたし パイ缶
午後	牛乳 ビスケット	お茶 七草粥	お茶 プリン	牛乳 お麩のラスク	牛乳 野菜スナック	牛乳 薄焼きせんべい	牛乳 薄焼きせんべい
		13(月)	14(火)	15(水)	16(木)	17(金)	18(土)
午前		牛乳	牛乳	りんごジュース	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	成人の日	ごはん 豚肉と青菜の中華炒め フレンチサラダ トマト	ごはん レバーの甘辛煮 野菜とウインナーのソテー バナナ	ロールパン 魚のムニエル 青菜ときこのごま酢あえ 豆腐とたまねぎのスープ	ごはん 鶏肉と野菜の甘辛炒め もやしときゅうりの酢物 じゃがいものみそ汁	ごはん 厚揚げの中華煮 キャベツのあえもの トマト	ごはん 厚揚げの中華煮 キャベツのあえもの トマト
午後		お茶 ミートソースパスタ	お茶 だいこんもち	お茶 おはぎ(きなこ)	牛乳 ふかし芋	牛乳 ウエハース	牛乳 ウエハース
		20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)	25(土)
午前	牛乳	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	ごはん 魚のフライ きゅうりとかぶの酢物 野菜スープ	ごはん 肉じゃが 青菜のごまあえ トマト	ごはん 豆腐とツナの炒り卵 かぼちゃ煮 りんご	ロールパン 豚肉のしょうが焼き ナムル バナナ	ごはん 魚のしモン煮 青菜のおひたし ポトフ風スープ	ごはん 大豆入り磯煮 キャベツとツナの酢物 パイ缶	ごはん 大豆入り磯煮 キャベツとツナの酢物 パイ缶
午後	牛乳 クリームサンドビスケット	牛乳 えびせん	牛乳 チーズパン	お茶 ヨーグルト	牛乳 黒ごま蒸しパン	牛乳 クラッカー	牛乳 クラッカー
		27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	フルーツ豆乳	
昼食	ごはん チンジャオロース ハンサンスー りんご	ごはん 高野豆腐とじゃがいものうま煮 にんじんしりしり バナナ	ごはん 魚のみそ煮 青菜のおかかあえ けんちん汁	ロールパン ハンバーグ さつまいもサラダ みかん	ごはん 焼き魚 白あえ さつまいものみそ汁	ごはん 焼き魚 白あえ さつまいものみそ汁	
午後	お茶 ちゃんぽん	牛乳 ドーナツ	牛乳 おさつスナック	お茶 おにぎり	牛乳 きなこ揚げパン	牛乳 きなこ揚げパン	