

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	牛乳90 ブルー	2	牛乳90 クッキー	3	牛乳90 クラッカー	4	牛乳90 塩せんべい	5	
昼食			ご飯 肉じゃが(豚肉) みそ汁(冬瓜・ねぎ・わか) ブロッコリーのゆず和え 柿		ひじきご飯 そば汁 スティック胡瓜 なし		ご飯 みそ汁(はくさい・えのき) 魚のカレー天ぷら 中華風サラダ パイン缶		ご飯 わかめと豆腐の味噌汁 鶏肉の揚げおろし煮 白菜の甘酢和え ネーブル			
午後			牛乳180 みそ蒸しパン		牛乳180 ふかし芋		牛乳180 手作りクッキー・おからココア		牛乳180 盛り合わせ			
午前	7	調整豆乳90 チーズ	8	牛乳90 ブルー	9	牛乳90 クッキー	10	牛乳90 クラッカー	11	牛乳90 塩せんべい	12	
昼食	タコライス アーサ汁 パスタサラダ(マヨネーズ) ネーブル		フィッシュバーガー えびと青菜のクリームスープ フライドポテト トマトサラダ パイン缶		ご飯 みそ汁(わかめ) 魚のかば焼き 白和え(ほうれん草) なし		ご飯 コンスープ(ねぎ) チキンとセロリのトマト煮 ポテトサラダ(りんご) ネーブル		豆腐カレーライス キャベツのツナレーズンサラダ ゆで卵 ヨーグルトゼリー			
午後	お茶・麦茶 黒糖ぜんざい チーズ		お茶・麦茶 おにぎり(しらす・ねぎ)		牛乳180 大学芋		お茶・麦茶 果物ヨーグルト クッキー		牛乳180 メロンパン			
午前	14		15	牛乳90 ブルー	16	牛乳90 クッキー	17	牛乳90 クラッカー	18	牛乳90 塩せんべい	19	
昼食	スポーツの日		もずく丼 イナムドッチ ちくわ磯辺揚げ なし		ひじきご飯 そば汁 スティック胡瓜 なし		ご飯 みそ汁(はくさい・えのき) 魚のカレー天ぷら 中華風サラダ パイン缶		ご飯 豆腐みそ汁(こまつ) チキンのポテトクリーム焼き きんぴらごぼう ネーブル			
午後			牛乳180 カップケーキ(レーズン・チー ズ)		牛乳180 ふかし芋		牛乳180 手作りクッキー・おからココア		牛乳180 盛り合わせ			
午前	21	調整豆乳90 チーズ	22	牛乳90 ブルー	23	牛乳90 クッキー	24	牛乳90 クラッカー	25	牛乳90 塩せんべい	26	
昼食	ほうれん草バター醤油パスタ コンクリームスープ トマトサラダ りんご		ご飯 肉じゃが(豚肉) みそ汁(冬瓜・ねぎ・わか) ブロッコリーのゆず和え 柿		ご飯 みそ汁(わかめ) 魚のかば焼き 白和え(ほうれん草) なし		ご飯 コンスープ(ねぎ) チキンとセロリのトマト煮 ポテトサラダ(りんご) ネーブル		ご飯 わかめと豆腐の味噌汁 鶏肉の揚げおろし煮 白菜の甘酢和え ネーブル			
午後	お茶・麦茶 油みそおにぎり		牛乳180 みそ蒸しパン		牛乳180 大学芋		お茶・麦茶 果物ヨーグルト クッキー		牛乳180 盛り合わせ			
午前	28	調整豆乳90 チーズ	29	牛乳90 ブルー	30	牛乳90 クッキー	31	牛乳90 クラッカー				
昼食	タコライス アーサ汁 パスタサラダ(マヨネーズ) ネーブル		もずく丼 イナムドッチ ちくわ磯辺揚げ なし		ご飯 わかめスープ パイパイリチー さばのみそ煮 りんご		おばけカレー 野菜スープ ブロッコリーのバターソテー 蒸しかぼちゃ パイン缶					
午後	お茶・麦茶 黒糖ぜんざい チーズ		牛乳180 カップケーキ(レーズン・チー ズ)		牛乳180 きなこトースト		牛乳180 りんごケーキ					

\* 予定です。変更になることがあります。