

							1(土)
午前							牛乳
昼食							焼きそば、中華スープ、オレンジ
午後							牛乳、おにぎり(おかか)
2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	豆腐丼(カレー風味)、すまし汁(こまつな・鶏)、きゅうりの梅あえ	御飯、八宝菜(キャベツ)、みそ汁(もやし・あげ)、りんご	御飯、豆腐とツナのハンバーグ、マカロニサラダ、トマト入りかきたまスープ	御飯、サバのみそ煮、蒸し野菜のサラダ、みそ汁(豆腐・なす)	御飯、厚揚げのそぼろあん、バイクド里芋(ごま)、ピーマンのスープ(チンゲン菜)	野菜そぼろ丼(納豆)、もも缶	
午後	牛乳、ミルクもち	牛乳、おにぎり(昆布)	牛乳、おにぎり(さつまいもご飯)	牛乳、かぼちゃ蒸しパン	牛乳、チャーハン(しらす・ひじき)	牛乳、おにぎり(ごましお)	
9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	スポーツの日	御飯、チキンカレー、コーンとかにかまのサラダ	御飯、豚肉となすのなべしぎ(しょうゆ)、じゃがいものスープ	御飯、魚の南蛮漬け、はるさめともやしのソテー、豆腐旨煮(キャベツ)	御飯、鶏肉のトマト煮、粉ふき芋、キャベツのパンサラダ	豚丼、みかん缶	
午後		牛乳、おにぎり(じゃこおかか)	牛乳、チャーハン(豚肉)	牛乳、おにぎり(さけわかめ)	牛乳、おにぎり(じゃこごま)	牛乳、おにぎり(昆布)	
16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	御飯、鶏肉のカレー焼き、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、けんちん汁	御飯、豚肉と野菜のごま炒め、クラムチャウダー(豆乳)	森のごはん、厚焼き卵、鶏から揚げ、ほうれん草のごまあえ、さつまいもサラダ	御飯、さわらとごぼうの煮つけ、はるさめの酢の物(みかん)、みそ汁(なす・あげ)	御飯、ポークビーンズ、わかめスープ	てりやき野菜丼、かきたまスープ、りんご	
午後	牛乳、ケチャップライス	牛乳、おにぎり(牛しぐれ)	牛乳、おやつ小魚、手作りわかめおにぎり	牛乳、おにぎり(みそ焼き)	いちごミルクプリン	牛乳、おにぎり(塩こんぶ)	
23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)	
午前	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
昼食	御飯、レバーの野菜炒め、豆乳汁(キャベツ)	御飯、さけの酒蒸し、ひじきとさつまいもの炒り煮、みそ汁(だいこん・チンゲン菜)	御飯、秋のごはん、厚焼き卵、豆腐のハンバーグ(カレー風味)、小松菜のごまあえ、かぼちゃのゴママヨ和え	御飯、鶏むね肉のふっくら焼き、れんこんと厚揚げの炒め煮、みそ汁(なす・じゃがいも)	御飯、チキンクリームスープ、かぼちゃサラダ(おかから)	御飯、ポトフ、小松菜の昆布マヨあえ	
午後	牛乳、おやつ小魚、菜飯おにぎり(小松菜)	牛乳、おにぎり(梅)	牛乳、おにぎり(焼き)	牛乳、油揚げと野菜の混ぜおにぎり	牛乳、おにぎり(牛しぐれ)	牛乳、おにぎり(ごましお)	
30(日)	31(月)						
午前	牛乳						
昼食	豆乳クリームドリア、ゆでブロッコリー、かぼちゃのスープ						
午後	牛乳、おさかなごはん						