

		1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	
午前		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	
昼食		御飯、白身魚のコーンフライ(カレー味)、ほうれん草の白和え、みそ汁(はくさい)	御飯、ミートボールのカレーシチュー、キャベツとチンゲン菜のサラダ	文化の日	御飯、ミートローフ(かぼちゃ・れんこん)、蒸し野菜のサラダ、オニオンスープ	御飯、牛肉とごぼうの炒め煮、えのきのみそ汁	
午後		牛乳、おにぎり(梅ちり)	牛乳、フルーツポンチ		牛乳、チャーハン(ツナ・ひじき)	牛乳、おにぎり(さけ・ごま)	
	6(日)	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、鶏肉のマーマレード焼き、キャベツとほうれん草の塩ごま和え、みそ汁(じゃが芋・たまねぎ)	おこわ(栗・鶏肉)、さけの塩焼き、豆腐のすまし風煮	御飯、豆腐のふわとろボール(えび)、ひじきサラダ、豚汁	御飯、焼きさわらのもやしあんかけ、フロッコリーのこまあえ、みそ汁(チンゲン菜・あげ)	御飯、鶏のから揚げケチャップあえ、小松菜のごま酢和え、コーンミルク茶碗蒸し	カレー風味のトマトライス、みかん缶
午後		牛乳、おにぎり(昆布)	牛乳、菜飯おにぎり(しらす)	牛乳、ケチャップライス	牛乳、おにぎり(塩こんぶ)	牛乳、おにぎり(さつまいも)、おやつ小魚(ごま)	牛乳、手作りわかめおにぎり(ごま)
	13(日)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、豆腐の野菜そぼろ煮、かぶときゅうりのサラダ、みかん	御飯、さわらの野菜レモン蒸し、豆腐みそ汁(こまつな・あげ)、煮りんご	御飯、厚揚げの中華煮、わかめスープ(もやし)	御飯、鶏ささみのにんじんドレッシング、ひじきの煮物、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	御飯、すきやき風煮、小松菜のツナあえ(キャベツ)、りんご	野菜そぼろ丼(納豆)、オレンジ
午後		牛乳、おにぎり(とりそぼろ)	牛乳、おにぎり(おかか)	牛乳、おにぎり(さけわかめ・ごま)	牛乳、スイートポテト(誕生会用)	牛乳、おにぎり(時雨)	牛乳、おにぎり(昆布)
	20(日)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)
午前		牛乳	牛乳		牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、豆腐のコーンみそ焼き、筑前煮、すまし汁(こまつな・えのき)	御飯、かぼちゃのそぼろあんかけ、五目汁(さといも・だいたいこん)、オレンジ	勤労感謝の日	御飯、さばと玉ねぎのみそ煮、蒸し芋、けんちん汁	さつまいも御飯、ごぼうとれんこんの炒り煮、みそ汁(だいたいこん・油揚げ)	てりやき野菜丼、りんご
午後		牛乳、おにぎり(牛しぐれ)	牛乳、おにぎり(梅)		牛乳、チャーハン(しらす・ひじき)	牛乳、おにぎり(焼き)	牛乳、おにぎり(ごましお)
	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)			
午前		牛乳	牛乳	牛乳			
昼食		きのこクリームライス、にんじんのじゃこあえ、りんご	御飯、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草とえのき茸のお浸し、みそ汁(さつまいも・ねぎ)	御飯、凍り豆腐とひき肉の煮物、みそ汁(なす・たまねぎ)			
午後		牛乳、おにぎり(じゃこおかか)	牛乳、ごまとチーズのパンケーキ	牛乳、スープかけごはん(豆乳・かぼちゃ)			