

	1(日)	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)
午前				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食	元日	振替休日		御飯、チキンカレー、フルーツあえ	御飯、松風焼き(ごま)、なます、すまし汁	かわり七草がゆ、鶏のから揚げ、ブロッコリーの玉ねぎドレッシング	野菜そぼろ丼(納豆)、もやしのスープ
午後				牛乳、おにぎり(ごましお)	牛乳、おにぎり(梅)	牛乳、じゃが丸くん	牛乳、おにぎり(昆布)
	8(日)	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)
午前			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		成人の日	御飯、鮭と切干大根のあんかけ、ほうれん草のごま和え(人参)、みそ汁(かぼちゃ・ねぎ)	御飯、鶏むね肉の照り焼き、ひじきの煮物(にんじん)、みそ汁(だいこん・こまつな)	御飯、ポークビーンズ、ほうれん草ともやしのおかかあえ	御飯、厚揚げの炒め物、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、りんご	てりやき野菜丼、バナナ
午後			牛乳、おにぎり(さけわかめ)	牛乳、おにぎり(時雨)	牛乳、おやつ小魚、おにぎり(さつまいもご飯)	牛乳、おさかなごはん	牛乳、おにぎり(みそ焼き)
	15(日)	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		鶏肉と小松菜のクリームライス、ひじきのツナ酢あえ(もやし)、みかん	御飯、さわらの信田煮、だいこんの梅あえ(きゅうり)、みそ汁(さつま芋・ねぎ)	御飯、マーボー豆腐(キッズ)、蒸し野菜のサラダ	御飯、さばの焼きおろし煮、かぼちゃ(蒸し)、みそ汁(はくさい・油揚げ)	御飯、鶏肉と大豆の揚げ煮、かぶの塩昆布あえ、みそ汁(もやし・わかめ)	みそ炒め丼、わかめのスープ
午後		牛乳、おにぎり(牛しぐれ)	牛乳、おにぎり(しらす・ねぎ)	牛乳、フルーツクラフティー(誕生会用)	牛乳、ケチャップライス	牛乳、手作りわかめおにぎり	牛乳、おにぎり(さけ・ごま)
	22(日)	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)
午前		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
昼食		御飯、豆乳コーン鍋(はくさい)、ゆでブロッコリー、さつま芋の煮物(昆布)	御飯、肉じゃが・カレー味(豚肉)、みそ汁(豆腐・わかめ)	御飯、レバーのてり煮、白和え(ブロッコリー・にんじん)、みそ汁(かぼちゃ・チンゲン菜)	御飯、さわらのごま焼き、れんごんのマリネ、みそ汁(だいこん・油あげ)	御飯、肉団子の酢豚風、わかめスープ(もやし)	中華丼(はくさい)、みかん
午後		牛乳、おにぎり(さつまいも)	牛乳、チャーハン(ひじき)	牛乳、おにぎり(昆布)	牛乳、おにぎり(じゃこおかか)	牛乳、おにぎり(さけ)	牛乳、おにぎり(ごましお)
	29(日)	30(月)	31(火)				
午前		牛乳	牛乳				
昼食		御飯、ポトフ(冬野菜)、ブロッコリーのごま酢あえ	御飯、パプリカと鶏肉の南蛮漬け、みそ汁(チンゲン菜・さつまいも)				
午後		牛乳、豆腐ドーナツ	牛乳、おにぎり(とりそぼろ)、おやつ小魚				