

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
					1		2		3		4	
昼食					ロールパン、ミートローフ、だいこんのごまサラダ、しめじのスープ、グレープフルーツ		ごはん、チンジャオロース、わかめとコーンのサラダ、中華スープ、梨		くりごはん、鮭のチャンチャン焼き、ほうれん草のごまあえ、すまし汁（キャベツ・万能ねぎ）、オレンジ		鶏そぼろ丼、じゃがいものサラダ、わかめスープ、バナナ	
午後					牛乳、青菜しらすごはん		牛乳、フルーツヨーグルト		牛乳、アメリカンドック		牛乳、ココアホットケーキ	
	6		7		8		9		10		11	
昼食	メキシカンピラフ、ポテトサラダ、レタスのスープ、オレンジ		ごはん、豚肉の生姜焼き、キャベツのゆかり和え、みそ汁（玉ねぎ・油揚げ）、梨		ぶどうぱん、ローストチキン、コーンサラダ、ミネストローネ、バナナ		きのご御飯、さばの風味焼き、彩野菜のおかか和え、みそ汁（じゃがいも・ねぎ）、オレンジ		ごはん、肉豆腐、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁（さつまいも・万能ねぎ）、りんご		焼豚チャーハン、キャベツのサラダ、チンゲン菜のスープ、バナナ	
午後	牛乳、揚げパン		牛乳、きのご焼きうどん		牛乳、肉味噌おにぎり		牛乳、お麩ラスク		牛乳、チーズスティック		牛乳、おかかおにぎり	
	13		14		15		16		17		18	
昼食			中華丼、春雨サラダ、すまし汁（たまねぎ・わかめ）、柿		タンドリーチキンバーガー、ブロッコリーサラダ、オニオンスープ、バナナ		ごはん、白身魚の西京焼き、和風サラダ、豆腐のスープ、オレンジ		さつまいもごはん、松風焼き、根菜のきんぴら、みそ汁（しめじ・こまつな）、バナナ		ツナピラフ、ブロッコリーのソテー、ポテトスープ、バナナ	
午後			牛乳、パンプキンパイ		牛乳、ココアケーキ		牛乳、マカロニのきな粉和え		牛乳、ぶどうゼリー、せんべい		牛乳、わかめおにぎり	
	20		21		22		23		24		25	
昼食	ハヤシライス、フレンチサラダ、大根のスープ、りんご		ごはん、そぼろ肉じゃが、青菜の納豆和え、みそ汁（えのき・にんじん）、グレープフルーツ		ごはん、油淋鶏、中華風あえ物、ワタンスープ、バナナ		スパゲティミートソース、ビーンズサラダ、きのこのスープ、柿		さんまの蒲焼丼、もやしの甘酢和え、みそ汁（大根・えのき）、オレンジ		けんちんうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ	
午後	牛乳、きなこクリームサンド		牛乳、お好み焼き		牛乳、さつまいもプリン		牛乳、タ焼けごはん		牛乳、マーブルクッキー		牛乳、いちごパンケーキ	
午前	27		28		29		30		31			
昼食	ツナチャーハン、ピーマンサラダ、鶏と青菜のスープ、柿		三色どんぶり、ブロッコリーのおかか和え、みそ汁（豆腐・なめこ）、オレンジ		ロールパン、鶏肉のケチャップ焼き、マカロニサラダ、キャベツのスープ、バナナ		ごはん、さばのみそ焼き、サイコロサラダ、すまし汁（キャベツ・万能ねぎ）、オレンジ		キーマカレー、ツナサラダ、かぶのスープ、りんご			
午後	牛乳、クラッカーサンド		牛乳、バナナケーキ		牛乳、きつねごはん		牛乳、ドーナッツ		牛乳、ハロウィン・ライスコロッケ			

※都合により献立が変更する場合があります