

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	1	2	3	4	5	6
昼食	メキシカンピラフ、キャベツのサラダ、かぼちゃのスープ、オレンジ	ごはん、炒り鶏、春雨の和え物、みそ汁（わかめ・油揚げ）、バナナ	ごはん、あじのフライ、ひじきとコーンのサラダ、みそ汁（大根・なめこ）、グレープフルーツ	ごはん、鶏肉のマヨネーズ焼き、サイコロサラダ、すまし汁（豆腐・えのき）、みかん	鶏そぼろ丼、和風サラダ、みそ汁（白菜・油揚げ）、りんご	きつねうどん、じゃがいものそぼろあんかけ、バナナ
午後	牛乳、鶏ごぼうごはん	牛乳、マカロニのきな粉和え	牛乳、ジャムサンド	牛乳、玄米がゆ（災害食）、せんべい	牛乳、ツナカレーおにぎり	牛乳、おかかおにぎり
	8	9	10	11	12	13
昼食	カレーライス、ビーンズサラダ、大根のスープ、グレープフルーツ	ごはん、油淋鶏、プロッコリーのおかか和え、根菜のみそ汁、りんご	ごはん、松風焼き、カラフル野菜炒め、すまし汁（じゃがいも・万能ねぎ）、オレンジ	ロールパン、マカロニグラタン、カラフルサラダ、オニオングラタン、みかん	ごはん、鮭の風味焼き、彩野菜のおかか和え、豚汁、りんご	ハヤシライス、プロッコリーツナサラダ、わかめスープ、バナナ
午後	牛乳、フルーツヨーグルト	牛乳、クッキー	牛乳、バナナケーキ	牛乳、おやつチャーハン	牛乳、アメリカンドック	牛乳、ココアホットケーキ
	15	16	17	18	19	20
昼食	焼豚チャーハン、れんこんサラダ、チンゲン菜のスープ、グレープフルーツ	ごはん、肉じゃが、キャベツのゆかり和え、みそ汁（大根・麩）、みかん	キャロットパン、鶏肉のトマトソース、コールスロー、ポテトスープ、バナナ	ごはん、煮込みハンバーグ、かぼちゃのサラダ、かぶのスープ、オレンジ	ツナチャーハン、春雨サラダ、鶏ときのこのスープ、バナナ	ナポリタン、カリフラワーとコーンのサラダ、野菜のスープ、バナナ
午後	牛乳、さつまいもの甘煮	牛乳、ひじきおにぎり	牛乳、きつねごはん	牛乳、マーブルケーキ	牛乳、クラッカーサンド	牛乳、みそ焼きおにぎり
	22	23	24	25	26	27
昼食	マーボー豆腐丼、切干し大根のサラダ、中華スープ、グレープフルーツ	ごはん、さばのゆずみそ焼き、かぼちゃのそぼろあんかけ、すまし汁（キャベツ・豆腐）、バナナ	スパゲティミートソース、ごぼうのサラダ、青菜のスープ、みかん	クリスマスピラフ、ミートローフ、ポテトサラダ、グリーンピタージュ、フルーツポンチ	ごはん、照り焼きチキン、ビーフンサラダ、みそ汁（さつまいも・万能ねぎ）、バナナ	ツナピラフ、プロッコリーサラダ、すまし汁（わかめ・えのき）、バナナ
午後	牛乳、冬至煮込みうどん	牛乳、揚げパン	牛乳、夕焼けごはん	牛乳、クリスマスリースパイ	牛乳、お麩ラスク	牛乳、ホットケーキ
	29	30	31			
昼食						
午後						

※都合により献立が変更する場合もあります