



日	曜	行事	朝間食	昼食	おやつ
1	金				
2	土				
3	日				
4	月		りんごジュース ボーロ	枝豆ごはん しゅうまい 春雨サラダ パイン 	お茶 お好みマカロニ
5	火		お茶 ヨーグルト	ごはん 高野豆腐の卵とじ カリフラワーのマヨネーズかけ オレンジ	牛乳 かぼちゃケーキ
6	水		牛乳 バナナ	ごはん  豚肉の生姜焼き ポテトサラダ りんご	お茶 ミルクくずもち
7	木		牛乳 おせんべい	じゃがいも七草粥 ひじきのオムレツ ミニトマト	牛乳 じゃこのせトースト
8	金		牛乳 ビスケット	ごはん 魚のピカタ 短冊サラダ オレンジ 	牛乳 ココアボール
9	土		牛乳 ウエハース	ロールパン ミートボール ブロッコリーサラダ もも	牛乳 カステラ 
10	日				
11	月				
12	火		牛乳 ビスケット	ごはん 肉団子の甘酢あん じゃがいものきんぴら パイン	牛乳 クラッカージャムサンド
13	水		牛乳 マカロニのあべかわ風	ごはん 魚のコーンソースかけ 小松菜とひじきの和え物 みかん	牛乳 グレープゼリー
14	木		牛乳 みかん 	きのこスパゲティ トマトサラダ かぶのミルクスープ	お茶 ほうれん草のチャーハン
15	金		牛乳 ゼリー	ごはん 豆腐と白菜の煮物 フライドポテト りんご	牛乳 洋風お好み焼き
16	土		牛乳 おせんべい	焼きうどん ほうれん草の胡麻和え わかめスープ 	牛乳 パウンドケーキ
17	日				
18	月		牛乳 ボーロ	ごはん 魚の唐揚げ 野菜ソテー パイン 	牛乳 ジャムパイ
19	火		お茶 ヨーグルト	中華丼 じゃがコロサラダ 味噌汁	牛乳 フルーツポンチ
20	水		牛乳 バナナ	卵とじうどん 青菜のごまマヨネーズ和え オレンジ	牛乳 コーントースト
21	木		牛乳 おせんべい	ごはん 魚の味噌煮 酢の物 りんご	牛乳 プリン 
22	金		牛乳 ビスケット	ごはん おでん ごまきゅうり オレンジ 	牛乳 レモンラスク
23	土				
24	日				
25	月		牛乳 ボーロ	ごはん 魚の香りフライ パプリカ三色ソテー パイン	牛乳 さつまいもようかん
26	火		牛乳 ゼリー	ごはん 肉じゃが 中華和え みかん	牛乳 ポンデ風ドーナツ
27	水		牛乳 みかん	ロールパン シチュー ミニトマト バナナ 	牛乳 レモンゼリー
28	木		牛乳 ウエハース	ごはん 和風ハンバーグ ごぼうサラダ りんご 	牛乳 ピザトースト
29	金		牛乳 ビスケット	わかめごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツとベーコンのおかか炒め バナナ	牛乳 お豆腐マフィン
30	土				
31	日				