

|    | 1(月)   | 2(火)   | 3(水)   | 4(木)  | 5(金)   | 6(土)                             |
|----|--|--|--|---|--|----------------------------------|
| 午前 | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、オレンジ  | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、ビスコ  | 牛乳、バナナ   | 麦茶、ヨーグルト                         |
| 昼食 | 御飯<br>みそ汁(なす・ねぎ・ごぼう)<br>豚肉と春雨の炒め物<br>高野豆腐の含め煮<br>キャベツののり和え | 茶飯<br>みそ汁(小松菜・人参・もやし)<br>鮭のオイバター焼き<br>とうがんのそぼろ煮<br>枝豆とコーンのサラダ      | バターロール<br>スープ(レタス・玉ねぎ)<br>鶏肉のママレード焼き<br>スパソテー<br>フレンチサラダ           | 御飯<br>みそ汁(なめこ・豆腐)<br>豚肉と野菜のポン酢炒め<br>ひじきの煮物<br>いんげんのおかか和え      | 御飯<br>スープ(わかめ・玉ねぎ)<br>麻婆豆腐<br>みどり芋<br>ほうれん草のごま和え           | ナポリタンスパゲティー<br>スープ(小松菜・コーン・キャベツ) |
| 午後 | 牛乳、バターサブレ  | 牛乳、メロンパントースト   | 牛乳、ゆかりおにぎり   | 牛乳、とうもろこし   | 牛乳、クリームサンド   | 牛乳、おやつパン                         |
|    | 8(月)   | 9(火)   | 10(水)  | 11(木)   | 12(金)  | 13(土)                            |
| 午前 | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、ウエハース   | 麦茶、ヨーグルト   |   | 麦茶、ヨーグルト   | 麦茶、ヨーグルト                         |
| 昼食 | 御飯<br>みそ汁(玉ねぎ・小松菜・えのき)<br>鶏肉の照り焼き<br>南瓜の煮物<br>キャベツのなめ苺和え   | 御飯<br>みそ汁(とうがん・万能ねぎ)<br>豚肉と茄子の味噌炒め<br>こんにゃくとさつま揚げの含め煮<br>おくらのおかか和え | 御飯<br>みそ汁(キャベツ・おくら・麩)<br>カレイの野菜あんかけ<br>ジャーマンポテト<br>ころころサラダ         | 山の日   | 御飯<br>みそ汁(豆腐・ねぎ・えのき)<br>鶏丼(具)<br>パイナップル                    | ちゃんぽん麺<br>オレンジ                   |
| 午後 | 牛乳、枝豆チーズパン   | 牛乳、水ようかん、せんべい  | 牛乳、ココアスノーボールクッキー   |   | 牛乳、お菓子   | 牛乳、おやつパン                         |
|    | 15(月)  | 16(火)  | 17(水)  | 18(木)   | 19(金)  | 20(土)                            |
| 午前 | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、ビスコ   | 牛乳、グレープフルーツ  | 麦茶、ヨーグルト  | 牛乳、オレンジ  | 麦茶、ヨーグルト                         |
| 昼食 | ミートソーススパゲティー<br>スープ(もやし・人参)<br>いんげんのマヨしょうゆ和え               | 麦飯<br>スープ(キャベツ・コーン)<br>ウインナーカレー<br>茹でブロッコリー<br>バナナ                 | 御飯<br>みそ汁(玉ねぎ・わかめ・もやし)<br>チンジャオロース<br>野菜ソテー<br>切干大根の胡麻ドレ           | 茶飯<br>みそ汁(小松菜・人参・もやし)<br>鮭のオイバター焼き<br>とうがんのそぼろ煮<br>枝豆とコーンのサラダ | 御飯<br>みそ汁(なす・ねぎ・ごぼう)<br>豚肉と春雨の炒め物<br>高野豆腐の含め煮<br>キャベツののり和え | 鶏塩うどん<br>バナナ                     |
| 午後 | 牛乳、おやつパン   | 牛乳、お菓子   | 牛乳、プリトール風トースト  | 牛乳、レーズン蒸しパン   | 牛乳、ホットケーキいちごソース  | 牛乳、おやつパン                         |
|    | 22(月)  | 23(火)  | 24(水)  | 25(木)   | 26(金)  | 27(土)                            |
| 午前 | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、グレープフルーツ  | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、バナナ  | 牛乳、ウエハース   | 麦茶、ヨーグルト                         |
| 昼食 | 御飯<br>スープ(わかめ・玉ねぎ)<br>麻婆豆腐<br>みどり芋<br>ほうれん草のごま和え           | バターロール<br>スープ(レタス・玉ねぎ)<br>鶏肉のママレード焼き<br>スパソテー<br>フレンチサラダ           | ひまわりライス<br>スープ(キャベツ・人参・玉ねぎ)<br>チキン南蛮<br>ブロッコリーガーリックソテー             | 御飯<br>みそ汁(なめこ・豆腐)<br>豚肉と野菜のポン酢炒め<br>ひじきの煮物<br>いんげんのおかか和え      | 御飯<br>みそ汁(玉ねぎ・小松菜・えのき)<br>鶏肉の照り焼き<br>南瓜の煮物<br>キャベツのなめ苺和え   | みそラーメン<br>オレンジ                   |
| 午後 | 牛乳、黒みつきなご寒天、せんべい   | 牛乳、おかかおにぎり   | りんごジュース、お誕生日おやつ  | 牛乳、おやつパン  | 牛乳、お菓子   | 牛乳、おやつパン                         |
|    | 29(月)  | 30(火)  | 31(水)  |   |  |                                  |
| 午前 | 麦茶、ヨーグルト   | 牛乳、オレンジ  | 麦茶、ヨーグルト   |   |  |                                  |
| 昼食 | 御飯<br>みそ汁(玉ねぎ・わかめ・もやし)<br>チンジャオロース<br>野菜ソテー<br>切干大根の胡麻ドレ   | 御飯<br>みそ汁(キャベツ・おくら・麩)<br>カレイの野菜あんかけ<br>ジャーマンポテト<br>ころころサラダ         | 御飯<br>みそ汁(とうがん・万能ねぎ)<br>豚肉と茄子の味噌炒め<br>こんにゃくとさつま揚げの含め煮<br>おくらのおかか和え | ※献立は食材の都合により変更することがあります                                       |  |                                  |
| 午後 | 牛乳、焼きそば  | 牛乳、ピザトースト  | 牛乳、ホットビスケット  |   |  |                                  |