

日 曜	さくら・ひまわり・ちゅうりっぷ		さくら・ひまわり・ちゅうりっぷ		
	10時のおやつ	追加食	主食	おかず	3時のおやつ

1	月	牛乳 ギンピス	ウインナー	白飯	沢煮椀 千草焼き トマト ブロccoli	ミルク フルーツ
2	火	牛乳 ふかし芋	胡瓜のマヨ和え	白飯	鯔南蛮 厚揚げの旨煮 トマト そうめん汁 フルーツ	ミルク スノーボールクッキー
4	木	牛乳 スティックパン	ピーマンじゃこ	白飯	大豆の五目煮 かき玉汁 フルーツ	ミルク おさつどき
5	金	お茶 チーズ	タコウインナー		ちゃんぽん がんもの含め煮 チーズ フルーツ	ミルク たら焼き
6	土	牛乳	トマト	パン	ハンバーガー コンソメスープ フライドポテト フルーツ	牛乳 菓子
8	月	牛乳 フルーツ	トマト	白飯	豚汁 ししゃも 蓮根金平 ブロccoli フルーツ	ミルク ハムサンド
9	火	牛乳 まがりせんべい	魚肉 ソーセージ	白飯	タラの香り揚げ おかか和え トマト きのこの味噌汁 フルーツ	ミルク ドーナツ
10	水	牛乳 フルーツ	チーズ	パン	ハンバーグ ほうれん草ソテー トマト コーンスープ パナナ	お茶 五目おにぎり
11	木	ゼリー	味噌汁	白飯	さんまの蒲焼き丼 豆腐サラダ トマト ゆで卵 フルーツ	ミルク 菓子
12	金	牛乳 ぼたぼた焼き			お誕生日会	ミルク 誕生日ケーキ
13	土	牛乳	中華スープ		焼きそば 胡瓜 トマト フルーツ	牛乳 チョコチップクッキー
15	月	牛乳 チョイス	スクランブルエッグ	白飯	鯔の味噌汁 五目金平 トマト 胡瓜 フルーツ	ミルク 一口たこ焼き
16	火	牛乳 フルーツ	人参しりしり	白飯	鯖と野菜の炊き合わせ ブロccoli トマト なめこ汁 フルーツ	ミルク スティックパン
17	水	牛乳 おにぎりせんべい	ピーマン ソテー	パン	ビーフシチュー サラスパ トマト 一口ゼリー	お茶 さつま芋ご飯
18	木	牛乳 丸ボーロ	味噌汁	白飯	かつ丼 野菜サラダ トマト	ミルク フルーツ
19	金	牛乳 ギンピス	チーズ		カレーうどん ほうれん草の山吹和え トマト フルーツ	ミルク チーズケーキ
20	土	牛乳	チーズ		ナポリタン 野菜サラダ トマト フルーツ	牛乳 菓子
22	月	牛乳 マリービスケット	ゆで卵	白飯	ミネストローネ 切り昆布の煮物 トマト フルーツ	ミルク さつま芋黒糖パウダー
24	水	牛乳 雪の宿	味噌汁	白飯	鯔のマヨネーズ焼き 粉ふき芋 トマト 納豆	チーズ フルーツ
25	木	牛乳 ムーンライト	わかめスープ	白飯	中華丼 涼拌三絲 トマト シュウマイ フルーツ	ミルク 金時豆の甘煮
26	金	牛乳 ぼたぼた焼き	さつま芋煮		貝うどん キャベツのマヨサラダ ゆで卵 フルーツ	さつま芋プリン
27	土	牛乳	チーズ	白飯	クリームシチュー 野菜サラダ トマト フルーツ	牛乳 菓子
29	月	牛乳 ビスコ	南瓜煮	白飯	けんちん汁 ほうれん草の胡麻和え トマト ゆで卵 フルーツ	ヨーグルト
30	火	牛乳 フルーツ	魚肉 ソーセージ	白飯	鶏のから揚げ ひじきサラダ トマト 豆腐の味噌汁 フルーツ	牛乳 きな粉ラスク麩