



日	曜	ご飯	昼食	3時のおやつ		朝のおやつ
1	木	麦	魚の照り焼き・ごま酢和え・なすのみそ汁	小倉蒸しパン	スキム	ビスケット
2	金	麦	じゃがいものそぼろ煮・つみれ汁	りんご・クッキー	スキム	パイ
3	土	麦	親子うどん・バナナ	クッキー	牛乳	せんべい
5	月	麦	牛肉のつけやき・わかめのみそ汁	マーブルケーキ	スキム	せんべい
6	火	麦	白身魚のケチャマヨ焼き・レタス・肉団子と野菜のスープ	揚げパン	牛乳	スナック
7	水	麦	麻婆豆腐・リャンバンウースー	中華ごはん	茶	クッキー
8	木	麦	塩鮭・切干し大根の煮物・かぼちゃのみそ汁	ほうれん草ケーキ	スキム	ポーロ
9	金	麦	筑前煮・麩のみそ汁	フルーツヨーグルト	スキム	クラッカー
10	土	/	スパゲティナポリタン・のむヨーグルト	クッキー	スキム	せんべい
12	月	麦	カレーライス・マセドアンサラダ	ハムとコーンのマフィン	スキム	ウエハース
13	火	麦	魚のみそ煮・小松菜としらすのごま和え・清汁	黒糖パン	牛乳	カステラ
14	水	麦	豚肉のしょうが焼き・人参・五目みそ汁	黒ゴマとチーズのクッキー	スキム	あられ
15	木	麦	魚の照り焼き・ごま酢和え・なすのみそ汁	小倉蒸しパン	スキム	ビスケット
16	金	麦	じゃがいものそぼろ煮・つみれ汁	りんご・クッキー	豆乳	パイ
17	土	/	親子うどん・バナナ	クッキー	スキム	せんべい
19	月	麦	牛肉のつけやき・わかめのみそ汁	マーブルケーキ	スキム	せんべい
20	火	ピース	ミートローフ・春雨サラダ・トマト・清汁・ヤクルト	揚げパン	牛乳	丸ポーロ
21	水	麦	麻婆豆腐・リャンバンウースー	中華ごはん	スキム	クッキー
22	木	麦	塩鮭・切干し大根の煮物・かぼちゃのみそ汁	ほうれん草ケーキ	スキム	ポーロ
23	金	麦	筑前煮・麩のみそ汁	フルーツヨーグルト	スキム	クラッカー
24	土	/	スパゲティナポリタン・のむヨーグルト	クッキー	スキム	せんべい
26	月	麦	カレーライス・マセドアンサラダ	ハムとコーンのマフィン	スキム	ウエハース
27	火	かしわ	フィッシュボール・みそドレッシングサラダ・若竹汁	真鯉ようかん・せんべい	スキム	丸ポーロ
28	水	麦	豚肉のしょうが焼き・人参・五目みそ汁	黒ゴマとチーズのクッキー	スキム	あられ
29	木	昭和の日				
30	金	麦	魚のみそ煮・小松菜としらすのごま和え・清汁	黒糖パン	牛乳	カステラ