



日	曜	ご飯	昼食	3時のおやつ		朝のおやつ
1	水	麦	筑前煮・わかめのみそ汁	黒糖むしパン	スキム	ビスケット
2	木	麦	魚のもみじ焼き・五目きんぴら・豆腐のみそ汁	ポンデケーキ	スキム	梨
3	金	麦	雑菜・イワシのつみれ汁	オレンジゼリー・クッキー	スキム	スナック
4	土	麦	五目うどん・梨	サブレ	牛乳	せんべい
6	月	麦	かぼちゃのグラタン・レタス・ベーコンスープ	カトルカール	スキム	クラッカー
7	火	麦	魚の照り焼き・ひじき野菜納豆・じゃがいものみそ汁	スパゲティサンド	牛乳	ボーロ
8	水	麦	カレーライス・はんぺんサラダ	豆乳あずきケーキ	スキム	メロン
9	木	麦	鮭とほうれん草のオイスターソース炒め・冬瓜スープ	大学芋	スキム	オレンジ
10	金	麦	ぎせい豆腐・春雨の酢の物・具だくさんみそ汁	梨・ビスケット	スキム	あられ
11	土	麦	ちゃんぽん・のむヨーグルト	クッキー	牛乳	せんべい
13	月	麦	大豆の五目煮・むらくも汁	きのこごはん	茶	パイ
14	火	麦	魚の香味焼き・レモン酢和え・麩のみそ汁	ベジタクッキー	スキム	さつまいも
15	水	麦	筑前煮・わかめのみそ汁	黒糖むしパン	スキム	ビスケット
16	木	麦	魚のもみじ焼き・五目きんぴら・豆腐のみそ汁	ポンデケーキ	スキム	梨
17	金	麦	雑菜・イワシのつみれ汁	オレンジゼリー・クッキー	スキム	スナック
18	土	麦	五目うどん・梨	サブレ	牛乳	せんべい
20	月	敬老の日				
21	火	麦	魚の照り焼き・ひじき野菜納豆・じゃがいものみそ汁	スパゲティサンド	牛乳	ボーロ
22	水	麦	カレーライス・はんぺんサラダ	おはぎ	茶	バナナ
23	木	秋分の日				
24	金	麦	ぎせい豆腐・春雨の酢の物・具だくさんみそ汁	梨・ビスケット	スキム	あられ
25	土	麦	ちゃんぽん・のむヨーグルト	クッキー	牛乳	せんべい
27	月	麦	魚の香味焼き・レモン酢和え・麩のみそ汁	きのこごはん	茶	パイ
28	火	栗	ハンバーグ・春雨サラダ・ミニトマト・清汁・ヤクルト	チーズケーキ	豆乳	丸ボーロ
29	水	麦	かぼちゃのグラタン・レタス・ベーコンスープ	カトルカール	スキム	クラッカー
30	木	麦	鮭とほうれん草のオイスターソース炒め・冬瓜スープ	大学芋	スキム	オレンジ