



~旬の食材~

カレイ トマト ピーマン さやいんげん
にら たまねぎ きゅうり メロン

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
AM		1	2	3	4	5
昼食		牛乳 くだもの さわらのタンドリー風 三色野菜のおかかあえ オニオンスープ ご飯 牛乳 カル鉄スティック	牛乳 ミルクスティック スタミナチキン ピーマンと蒟蒻の甘辛炒め みそ汁 ご飯 牛乳 ★きな粉パン	牛乳 くだもの キャベツの八宝菜 揚大豆とじゃこのさっと煮 ご飯 牛乳 野菜かりんとう	牛乳 海藻せんべい さわらのごまがらめ マカロニサラダ かぼちゃのみそ汁 ご飯 牛乳 コーン菓子	牛乳 ビスケット ミートソーススパゲティ くだもの 牛乳 果物ゼリー
PM						
AM	7	8	9	10	11	12
昼食	牛乳 カル鉄スティック ピビンバ 中華スープ ご飯 牛乳 ビスケット	牛乳 くだものゼリー さけの塩焼き リヨネーズポテト もずくのみそ汁 ご飯 牛乳 菓子パン	牛乳 豆乳どーナつ さわらの梅照りあん スパゲティサラダ すまし汁 ご飯 牛乳 ミルクスティック	牛乳 くだもの 高野豆腐と野菜の煮物 チャプチェ ご飯 ★カルピスゼリー	牛乳 カリポテ ポークビーンズ 切干大根のシャキシャキサラダ ご飯 牛乳 焼き菓子	牛乳 ビスケット 豚肉うどん くだもの 牛乳 せんべい
PM						
AM	14	15	16	17	18	19
昼食	牛乳 ごぼうせんべい 麻婆豆腐 春雨サラダ ご飯 ヨーグルト	ヨーグルト 煮魚 ごぼうのいためもの じゃがいものみそ汁 ご飯 牛乳 ★わらびもち	牛乳 小魚せんべい さわらのタンドリー風 三色野菜のおかかあえ オニオンスープ ご飯 牛乳 バナナ	牛乳 くだもの カレーライス ベーコンとキャベツの炒め物 牛乳 メロンパン	牛乳 あずきクラッカー さわらのごまがらめ マカロニサラダ かぼちゃのみそ汁 ご飯 牛乳 せんべい	牛乳 せんべい ミートソーススパゲティ くだもの 牛乳 クッキー
PM						
AM	21	22	23	24	25	26
昼食	牛乳 野菜せんべい スタミナチキン ピーマンと蒟蒻の甘辛炒め みそ汁 ご飯 ★フルーチェ	牛乳 くだものゼリー クリスピーチキン  きゅうりこんぶ トマトスープ ご飯 カルピス 焼き菓子	牛乳 畑のクラッカー 酢鶏 ワンタンスープ ご飯 牛乳 ★手作りゼリー	牛乳 くだもの ポークビーンズ 切干大根のシャキシャキサラダ ご飯 牛乳 せんべい	牛乳 せんべい さけの塩焼き リヨネーズポテト もずくのみそ汁 ご飯 牛乳 ねじりん棒	牛乳 豆乳どーナつ 豚肉うどん くだもの 牛乳 ビスケット
PM						
AM	28	29	30	  		
昼食	牛乳 紫芋チップ 麻婆豆腐 春雨サラダ ご飯 牛乳 胚芽スティック	牛乳 くだもの 煮魚 ごぼうのいためもの じゃがいものみそ汁 ご飯 牛乳 菓子パン	牛乳 ミルクスティック ピビンバ 中華スープ ご飯 牛乳 バナナ			
PM						

★・・・手作りおやつ