





~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 Tandry 風 三色野菜のおかかあえ オニオンスープ ご飯	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 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 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 ビスケット ミートソーススパゲティ くだもの
PM		牛乳 カル鉄スティック	牛乳 ★きな粉パン	牛乳 野菜かりんとう	牛乳 コーン菓子	牛乳 果物ゼリー
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 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 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 くだもの 高野豆腐と野菜の煮物 チャプチェ ご飯	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 ビスケット 豚肉うどん くだもの
PM	牛乳 ビスケット	牛乳 菓子パン	牛乳 ミルクスティック	★カルピスゼリー	牛乳 焼き菓子	牛乳 せんべい
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 煮魚 ごぼうのいためもの じゃがいものみそ汁 ご飯	牛乳 小魚せんべい さわらの Tandry 風 三色野菜のおかかあえ オニオンスープ ご飯	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 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 ミートソーススパゲティ くだもの
PM	ヨーグルト	牛乳 ★わらびもち	牛乳 パナナ	牛乳 メロンパン	牛乳 せんべい	牛乳 クッキー
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	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	牛乳 畑のクラッカー 酢鶏 ワンタンスープ ご飯	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 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 豆乳どーナつ 豚肉うどん くだもの
PM	★フルーチェ	カルピス 焼き菓子	牛乳 ★手作りゼリー	牛乳 せんべい	牛乳 ねじりん棒	牛乳 ビスケット
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 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 ミルクスティック ピビンバ 中華スープ ご飯			
PM	牛乳 胚芽スティック	牛乳 菓子パン	牛乳 パナナ			

★・・・手作りおやつ