

	月	火	水	木	金	
午前おやつ					1 お菓子	
昼食					ビビンバ チャプチェ わかめスープ	
午後おやつ					バナナケーキ	
午前おやつ	4	5	6	7	8	
昼食	振替休日		お菓子 鮭のチャンチャン焼き 豚肉と大根の煮物 すまし汁 ごはん お菓子	お菓子 豚の塩こうじ焼き 小松菜のお浸し 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 お弁当メニュー お菓子	お菓子 コロケ きんぴらごぼう 味噌汁 ごはん ゼリー
午後おやつ						
午前おやつ	11	12	13	14	15	
昼食	お菓子 鶏の照り焼き 白菜の昆布和え 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 酢豚風 春雨サラダ 中華スープ ごはん ドーナツ	お菓子 さばの塩焼き 牛肉と野菜炒め すまし汁 ごはん お菓子	お菓子 カレーライス マカロニサラダ フルーツ(みかん) お菓子	お菓子 鶏のから揚げ 青菜炒め 味噌汁 ごはん ヨーグルト	
午後おやつ						
午前おやつ	18	19	20	21	22	
昼食	お菓子 豚肉のしょうが焼き ひじき煮 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 ミートボール ポテトサラダ コンソメスープ 食パン フルーツポンチ	お菓子 ぶりの照り焼き 切り干し大根煮 味噌汁 ごはん お菓子	お菓子 牛丼 ほうれん草のお浸し 味噌汁 お菓子	お菓子 おでん キャベツのおかか和え 味噌汁 ごはん フレンチトースト	
午後おやつ						
午前おやつ	25	26	27	28	29	
昼食	お菓子 あんかけうどん さわらの塩焼き きゅうりの昆布和え お菓子	お菓子 ポテトグラタン フロッキーのペペロンチーノ ミネストローネ ロールパン クッキー	お菓子 とんかつ キャベツの肉味噌炒め すまし汁 ごはん お菓子	お菓子 ナポリタン コールスローサラダ フルーツ(りんご) コンソメスープ お菓子	お菓子 白身魚のフライ 筑前煮 味噌汁 ごはん 蒸しパン	
午後おやつ						