

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 |
|-------|---|---|---|---|--|
| 午前おやつ | | | 1 | 2 | 3 |
| 昼食 | | | お菓子 鮭の塩焼き 高野豆腐の卵とじ 味噌汁 とうもろこしごはん お菓子 | お菓子 カレーライス マカロニサラダ フルーツ お菓子 | お菓子 酢豚風 もやし中華風サラダ 中華スープ ごはん フレンチトースト |
| 午後おやつ | | | | | |
| 午前おやつ | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 昼食 | お菓子 牛丼 ほうれん草の白和え 味噌汁 | お菓子 ちらし寿司 さばの塩焼き すまし汁 フルーツ | お菓子 ナポリタン ブロッコリーのサラダ コンソメスープ | お菓子 鶏の照り焼き 小松菜の煮浸し 味噌汁 ごはん お菓子 | お菓子 ハンバーグ じゃがいもとベーコンのソテー コンソメスープ ロールパン クッキー |
| 午後おやつ | お菓子 | お菓子 セタゼリー | お菓子 | お菓子 | お菓子 |
| 午前おやつ | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 昼食 | お菓子 ぶっかけうどん 卵焼き なすのお浸し | お菓子 から揚げ 野菜炒め 味噌汁 おにぎり ヨーグルト | お菓子 さわらのみそ焼き 厚揚げの煮物 すまし汁 炊き込みご飯 お菓子 | お菓子 焼きそば 青菜炒め 中華スープ お菓子 | お菓子 ポトフ ほうれん草とベーコンの炒め物 フルーツ 食パン ドーナツ |
| 午後おやつ | お菓子 | お菓子 | お菓子 | お菓子 | お菓子 |
| 午前おやつ | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 昼食 | お菓子 親子丼 ししゃもの天ぷら きゅうりの酢の物 味噌汁 | お菓子 ミートグラタン 温野菜 コンソメスープ ロールパン | お菓子 チンジャオロース 春雨サラダ 中華スープ ごはん お菓子 | 海の日 | スポーツの日 |
| 午後おやつ | お菓子 | お菓子 蒸しパン | お菓子 | | |
| 午前おやつ | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |
| 昼食 | お菓子 しょうが焼き かぼちゃの煮物 味噌汁 ごはん | お菓子 白身魚のフライ ピーマンのカレー炒め 味噌汁 ごはん | お菓子 すき焼き風 五目豆 すまし汁 ごはん お菓子 | お菓子 オムライス コールスローサラダ コンソメスープ フルーツ お菓子 | お菓子 しゅうまい 八宝菜 中華スープ ごはん ケーキ |
| 午後おやつ | お菓子 | お菓子 スイートポテト | お菓子 | お菓子 | お菓子 |