

	月	火	水	木	金
午前おやつ				1	2
昼食				お菓子 肉うどん さばの塩焼き きゅうりの酢の物	お菓子 ミートボール 温野菜サラダ コンソメスープ ロールパン
午後おやつ				お菓子	ドーナツ
午前おやつ	5	6	7	8	9
昼食	お菓子 鶏の照り焼き 小松菜の煮びたし オクラ入り味噌汁 ごはん	お菓子 中華丼 しゅうまい 中華スープ	お菓子 肉じゃが 切り干し大根の酢の物 味噌汁 ごはん	お菓子 ミートスパゲッティ スティックサラダ フルーツ コンソメスープ	お菓子 タンドリーチキン 茄子の煮びたし 味噌汁 ごはん
午後おやつ	お菓子	ポンデケーキ	お菓子	お菓子	クッキー
午前おやつ	12	13	14	15	16
昼食	お菓子 焼きそば トマトときゅうりのサラダ 中華スープ	お菓子 エビフライ オムレツ ミネストローネ 食パン	お菓子 ぶりの照り焼き かぼちゃのそぼろあんかけ 味噌汁 ごはん	お菓子 ハヤシライス ポテトサラダ フルーツ	お菓子 マーボー茄子 春雨サラダ 中華スープ ごはん
午後おやつ	お菓子	ヨーグルト	お菓子	お菓子	スコーン
午前おやつ	19	20	21	22	23
昼食	お菓子 牛丼 白和え 味噌汁	お菓子 マカロニグラタン ほうれん草のバターソテー コンソメスープ ロールパン	お菓子 鮭のみそ焼き ごぼうの甘辛揚げ すまし汁 わかめごはん	お菓子 オムライス コールスローサラダ フルーツ コンソメスープ	お菓子 おでん きゅうりの昆布和え 味噌汁 ごはん
午後おやつ	お菓子	ゼリー	お菓子	お菓子	ふかし芋
午前おやつ	26	27	28	29	30
昼食	お菓子 カレーライス 温野菜サラダ フルーツ	お菓子 つくねの照り焼き ふろふき大根 味噌汁 ごはん	お菓子 から揚げ 青菜炒め 中華スープ ごはん	お菓子 豚のしょうが焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 ごはん	お菓子 かぼちゃのクリームシチュー マカロニサラダ コンソメスープ 食パン
午後おやつ	お菓子	蒸しパン	お菓子	お菓子	かぼちゃケーキ