

	月	火	水	木	金
午前おやつ		1	2	3	4
昼食		お菓子 肉うどん 卵焼き ほうれん草のお浸し	お菓子 カレーライス ポテトサラダ フルーツ	お菓子 ポトフ 食パン ベーコンとほうれん草の炒め物 フルーツ	お菓子 親子丼 にゅうめん ゼリー
午後おやつ		フレンチトースト	お菓子	お菓子	お菓子
午前おやつ	7	8	9	10	11
昼食	お菓子 三色丼 茄子のお浸し 味噌汁	お菓子 ナポリタンスパゲッティ ゴールスローサラダ コンソメスープ フルーツ	お菓子 炊き込みご飯 味噌汁 鮭のチーズ焼き きんぴらごぼう	お菓子 オムレツ ロールパン ポテトサラダ ポタージュスープ	お菓子 ごはん 肉じゃが きゅうりの酢の物 味噌汁
午後おやつ	ゼリー	お菓子	お菓子	ヨーグルト	お菓子
午前おやつ	14	15	16	17	18
昼食	お菓子 ごはん ぶりの照り焼き 大根と平天の煮物 味噌汁	お菓子 ごはん タンドリーチキン 白菜のこんぶ煮 味噌汁	お菓子 焼うどん トマトとキュウリのサラダ 中華スープ	お菓子 ごはん 豚肉のしょうが焼き 茄子のお浸し 味噌汁	お菓子 お好み焼き きゅうりの酢の物 味噌汁 ごはん
午後おやつ	お菓子	お菓子	ホットケーキ	お菓子	お菓子
午前おやつ	21	22	23	24	25
昼食	お菓子 クリームシチュー ロールパン トマトとキュウリのツナサラダ ゼリー	お菓子 ごはん マーボー豆腐 中華スープ 野菜餃子	お菓子 ごはん 鮭の塩焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	お菓子 食パン チキンカツ ピーマンのカレー炒め コンソメスープ	お菓子 ごはん ちくわの磯辺揚げ ひじき煮 味噌汁
午後おやつ	お菓子	お菓子	いちごジャムサンド	お菓子	フルーツポンチ
午前おやつ	28	29	30		
昼食	お菓子 オムライス コンソメスープ ブロッコリーのサラダ ゼリー	お菓子 ごはん コロッケ 白菜と豚肉の煮びたし 味噌汁	お菓子 ごはん から揚げ 青菜炒め 味噌汁		
午後おやつ	お菓子	お菓子	ヨーグルト		