



月	火	水	木	金
			1	2
			<ul style="list-style-type: none"> <li>・ハヤシライス</li> <li>・アジとトマトのパン粉焼き</li> <li>・じゃが芋のおかかバター醤油</li> <li>・アスパラサラダ</li> </ul> マカロニあられ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・人参と牛肉煮</li> <li>・なすとピーマンのオイスター炒め</li> <li>・ココロサラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> じゃこトースト
5	6	7	8	9
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・焼きさばと玉ねぎの煮物</li> <li>・かぼちゃのチーズ焼き</li> <li>・野菜のごまみそサラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> ♡かにかま白玉	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・和風マーボー豆腐</li> <li>・切干大根のソテー</li> <li>・オクラの梅ごま和え</li> <li>・すまし汁</li> </ul> ホットドッグまん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・とびうおのそぼろごはん</li> <li>・豚肉とろ〜り</li> <li>・のり塩じゃがバター</li> <li>・もやしの和え物</li> <li>・みそ汁</li> </ul> きなこドーナツ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・ツナじゃが</li> <li>・小松菜と豚肉炒め</li> <li>・マカロニサラダ</li> <li>・スープ</li> </ul> 梅じゃこごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・鮭のガリバタみそ炒め</li> <li>・かぼちゃとじゃこのごま醤油</li> <li>・酢の物</li> <li>・みそ汁</li> </ul> ポテトカレーパイ
12	13	14	15☆誕生会	16
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・ひき肉とポテトのグラタン</li> <li>・ほうれん草のソテー</li> <li>・牛肉とトマトのサラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> ごまじゃこクッキー	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ツナトマトクリーム Pasta</li> <li>・ネギダレチキン</li> <li>・和風ポテトサラダ</li> <li>・スープ</li> </ul> 沖縄風炊き込みごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・イワシ団子のトマト煮</li> <li>・わかめとスナップエンドウのソテー</li> <li>・納豆サラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> ♡ずんだもち	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ウインナーカレー</li> <li>・ポパイのレバー</li> <li>・かぼちゃのかにかまあんかけ</li> <li>・きゅうりのごま和え</li> </ul> カルピスケーキ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・鮭のケチャップ焼き</li> <li>・青梗菜のホタテあんかけ</li> <li>・はりはり酢の物</li> <li>・みそ汁</li> </ul> あじさいゼリーのフルーツポンチ
19	20	21	22	23
<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・鶏肉と新玉煮</li> <li>・オクラとコーンのバター炒め</li> <li>・大豆のごま和え</li> <li>・みそ汁</li> </ul> ビーフン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん(板ワカメ)</li> <li>・アジフライ</li> <li>・ココロポテトのみそがらめ</li> <li>・野菜サラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> 枝豆ピザ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・五目うどん</li> <li>・高野豆腐の煮物</li> <li>・青梗菜ときのご炒め</li> <li>・じゃが芋の梅和え</li> </ul> おにぎらず	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・赤魚の香味蒸し</li> <li>・きんぴらごぼう</li> <li>・きゅうりとトマトのごま酢和え</li> <li>・みそ汁</li> </ul> カップケーキ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・パエリア風ごはん</li> <li>・厚揚げのジャンボしゅうまい</li> <li>・ツナと玉ねぎのケチャップ炒め</li> <li>・キャベツの中華和え</li> <li>・スープ</li> </ul> たらポテサンド
26	27	28	29	30
<ul style="list-style-type: none"> <li>・五穀ごはん</li> <li>・鮭の酢漬け</li> <li>・キャベツのバター醤油炒め</li> <li>・かぼちゃの和え物</li> <li>・みそ汁</li> </ul> じゃがいもフライ	<ul style="list-style-type: none"> <li>・麦ごはん</li> <li>・大豆とエビの甘酢炒め</li> <li>・じゃが芋とベーコン煮</li> <li>・キャベツとツナのうま塩サラダ</li> <li>・しじみ汁</li> </ul> ♡かしわもち	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ジャージャー麺</li> <li>・豆腐チヂミ</li> <li>・小松菜の煮びたし</li> <li>・あさりとじゃが芋のサラダ</li> </ul> とうもろこしごはん	<ul style="list-style-type: none"> <li>・木の芽と焼きさばのちらし寿司</li> <li>・じゃが芋と鶏そぼろ煮</li> <li>・アスパラとベーコンの炒め物</li> <li>・白和え</li> <li>・すまし汁</li> </ul> かぼちゃプリン	<ul style="list-style-type: none"> <li>・アイガモ米ごはん</li> <li>・とびうおのさつま揚げ</li> <li>・春雨の炒め煮</li> <li>・和風サラダ</li> <li>・みそ汁</li> </ul> おからスコーン

※ 毎日食事にはフルーツがつきます。  
※ 魚は変更になることがあります。

※ おやつの中には牛乳またはお茶を飲みます。  
※ ♡の日もも組は別のおやつを出す場合があります。