



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
行事					1	2
昼食					もずく丼、ブロッコリー ごま和え、ゆし豆腐、オ レンジ	豚ニラ丼、白和え ひじき 入り、みそ汁(冬瓜・き のこ)、バナナ
午後おやつ					ミネラルみそ汁、かぼちゃスコーン	ミネラルみそ汁、青菜おにぎり
行事	4 みどりの日	5 こどもの日	6 憲法記念日 振替休日	7	8	9
昼食				ごはん、たらのタルタル焼 き、切干し大根の炒め、み そ汁(油揚げ・しめじ)、パナ ナ、ミネラルふりかけ	ごはん、麻婆茄子、かぼ ちゃ煮物、卵スープ、ミ ネラルふりかけ	3色そぼろ丼、和風サラ ダ、えのきのすまし汁、 バナナ
午後おやつ				ミネラルみそ汁、揚げパン	ミネラルみそ汁、ちんすこう	ミネラルみそ汁、蒸しパン
行事	11	12	13	14	15	16
昼食	ごはん、酢豚、土佐和 え、白菜スープ、りん ご、ミネラルふりかけ	ごはん、さば味噌、人参 しりしり、イナムドゥ チ、ミネラルふりかけ	ごはん、ベジタブルカ レー、おからサラダ、ス ティックチーズ、オレン ジ	ごはん、鮭のムニエル、 ゴーヤーチャンプル、みそ 汁(冬瓜・わかめ)、ミネ ラルふりかけ	納豆ごはん、白身フライ、 コールスロー、こまつな スープ、キウイフルーツ、 ミネラルふりかけ	焼とり丼、もずく酢、み そ汁(ほうれん草・麩)、 りんご
午後おやつ	ミネラルみそ汁、スコーン(チョコチップ)	ミネラルみそ汁、大学芋	ミネラルみそ汁、バナナケーキ	ミネラルみそ汁、ホットケーキ	ミネラルみそ汁、フルーツサンド	ミネラルみそ汁、みそおにぎり
行事	18	19	20 お弁当会	21	22	23
昼食	ごはん、豚肉ケチャップ煮、 ほうれん草のごま和え、冬瓜 スープ(昆布入り)、りん ご、ミネラルふりかけ	ごはん、魚のカレー揚げ、 キャベツ炒め、大根スー プ、バナナ、ミネラルふり かけ		ごはん、鮭のマヨ焼き、カム カムサラダ、みそ汁(じゃが いも・玉ねぎ)、パイン (生)、ミネラルふりかけ	ごはん、鶏肉のトマト煮、 じゃがカレー、青菜のすま し汁、りんご、ミネラルふ りかけ	ブルコギ丼、こふきい も、みそ汁(大根・ね ぎ)、パイン
午後おやつ	ミネラルみそ汁、キャロットケーキ	ミネラルみそ汁、ジャムサンド	ミネラルみそ汁、サターアングー	ミネラルみそ汁、ツナコーンマフィン	ミネラルみそ汁、ジュシーおにぎり	ミネラルみそ汁、アガラサー
行事	25	26	27 お誕生日会	28	29	30
午前おやつ						
昼食	ごはん、タンドリーチキン、 スパゲティサラダ、みそ汁 (キャベツ・しめじ)、りん ご、ミネラルふりかけ	ごはん、麩チャンプ ルー、ひじきサラダ、魚 汁、バナナ、ミネラルふ りかけ	タコライス、ポテトフラ イ、わかめスープ、オレ ンジ	ごはん、さば蒲焼き、ブ ロッコリー和え、みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ)、ミ ネラルふりかけ	ごはん、厚揚げのそぼろ 煮、キャベツと塩昆布和 え、卵スープ、ミネラルふ りかけ	焼うどん、小松菜ともや し和え、みそ汁(油揚げ・ 玉ねぎ)、バナナ
午後おやつ	ミネラルみそ汁、ごまクッキー	ミネラルみそ汁、マーメレードジャムケーキ	リンゴジュース、ガトーショコラ	ミネラルみそ汁、ピザトースト	ミネラルみそ汁、ちんびん	ミネラルみそ汁、ひじきおにぎり