

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	牛乳50	2	牛乳50	3		4	牛乳50	5	
昼食			ごはん、豆腐ハンバーグ(ひじき)、うずら豆煮付け、蒸し鶏の中華ナムル、味噌汁(にんじん・たまねぎ)		ごはん、さばのタンドリー風さつま芋のあめだし、きゅうりとトマトのぬた、味噌汁(なめこ・豆腐)		文化の日		コーンごはん、鶏肉の南蛮づけ、さつまいものおかかあえ、トマト、味噌汁(きのこ)		マーボー春雨丼、ゆかりきゅうり、トマト味噌汁(じゃがいも)、なし	
午後			ベーكدポテト、りんご、牛乳		そばめし、チーズ、塩きゅうり、お茶				ミートソースマカロニ、みかん、牛乳		ホットサンド、りんご、牛乳	
午前	7	牛乳50	8	牛乳50	9	牛乳50	10	牛乳50	11	牛乳50	12	
昼食	タンメン、じゃが芋とウインナーのクリーム煮、ブロッコリーのおかかあえ、トマト		ごはん、ししゃもの磯揚げ、かぼちゃのチーズ焼き、カニカマ入り酢みそ和え、味噌汁(にんじん・だいこん)		里芋ごはん、ウイングスティックと卵の甘辛煮、野菜の白ゴマきなこ和え、味噌汁(たまねぎ・わかめ)		ごはん、肉豆腐、焼き豚とキャベツの味噌マヨネーズ、トマト、味噌汁(もやし・油揚げ)		ごはん、くわやき、里いものりチーズ焼き、春雨サラダ、味噌汁(キャベツ)		カレーライス、ゆかりきゅうり、トマト豆腐のすまし汁、みかん	
午後	野菜チップ2種、きなこトースト、牛乳		ぐるぐるごはん、小魚、キャベツの塩こぶあえ、お茶		じゃがボール、なし、牛乳		コーンフレーク、柿、牛乳		オレンジゼリー、おせんべい、牛乳		ホットドッグ、柿、牛乳	
午前	14	牛乳50	15	牛乳50	16	牛乳50	17	牛乳50	18	牛乳50	19	
昼食	きつねうどん、南瓜のそぼろ煮、ごぼうとにんじんのゴマあえ、トマト		ホットドッグ、ボルシチ、大根とブロッコリーのサラダ、みかん		ごはん、鶏肉とさつまいもの甘酢あん、ひじきの煮付け、きゅうりのゆかり和え、味噌汁(はくさい)		ごはん、さけのイタリアン風、じゃが芋のキンピラ、かぶと菊の花の酢の物、味噌汁(生揚げ)		さんまごはん、松風焼き、秋野菜の煮物、トマト、味噌汁(麩)		三色どんぶり、ゆかりきゅうり、トマト味噌汁(さつまいも)、りんご	
午後	ホットケーキ、りんご、牛乳		さけおにぎり、チーズ、きゅうりの塩こぶあえ、お茶		マカロニきな粉、なし、牛乳		りんごのコンポート、クラッカー、牛乳		パリパリ焼き、柿、牛乳		ホットサンド、みかん、牛乳	
午前	21	牛乳50	22	牛乳50	23		24	牛乳50	25	牛乳50	26	
昼食	ラーメン、ベーコン南瓜、三色酢の物、トマト		茶飯、おでん、小松菜とひじきの和え物、りんご		勤労感謝の日		ごはん、かつお竜田揚げ、南瓜の甘煮、大根とホタテのサラダ、味噌汁(かぶ・油揚げ)		見学の日		豚肉丼、ゆかりきゅうり、トマト、味噌汁(かぼちゃ)、みかん	
午後	ラスク(お麩・食パン)、みかん、牛乳		スープスパゲッティー、きぬかつぎ、お茶				ちんすこう、柿、牛乳		フルーツヨーグルト、おせんべい、お茶		ホットドッグ、りんご、牛乳	
午前	28	牛乳50	29	牛乳50	30	牛乳50						
昼食	豚汁うどん、さつまいものサラダ、人参しりしり、トマト		ごはん、うのはな焼き、大豆煮、トマト入り酢の物、味噌汁(にんじん・たまねぎ)		《誕生会》ロールパン、コロケ、スパゲッティーのソテー、ゆでブロッコリー、豚肉のスープ							
午後	のりハムチーズトースト、りんご、牛乳		大学芋、みかん、牛乳		スコーン りんごジャム添え、牛乳							