

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前			1	牛乳50（1オクラのみ）	2	牛乳50（1オクラのみ）	3	牛乳50（1オクラのみ）	4	牛乳50（1オクラのみ）	5	
昼食			ごはん、豆腐ハンバーグ、切干し大根の煮付け、きゅうりの華風づけ、味噌汁（キャベツ）		ごはん、くわやき、さつま芋の甘煮、きゅうりとトマトのぬた、味噌汁(にんじん・たまねぎ)		ロールパン、ミートローフ(チーズ入り)、スパゲティーのソテー、モロッコインゲンとコーンのソテー、野菜スープ(ベーコン・にんじん・たまねぎ・キャベツ)		《カミカミ給食》ふりかけごはん(玄米入り)、ししゃもの磯揚げ、ひじきの煮付け、野菜の白ゴマきなこ和え、味噌汁(麴)		マーボー丼、ゆかりきゅうり、トマト、味噌汁（麴）、いちご	
午後			ポテトアンナ、Caせんべい、牛乳		りんごのコンポート、クラッカー、牛乳		ぐるぐるごはん、小魚、ゆかりきゅうり、お茶		全粒粉クッキー(プレーン・ココア)、いちご、牛乳		ホットサンド（ハムチーズ）、柑橘、牛乳	
午前	7	牛乳50（1オクラのみ）	8	牛乳50（1オクラのみ）	9	牛乳50（1オクラのみ）	10	牛乳50（1オクラのみ）	11	牛乳50（1オクラのみ）	12	
昼食	鳥南蛮うどん、かぼちゃのクリーム煮、チーズ焼き、もやしときゅうりの酢の物、トマト		ごはん、さばのみそ煮、うどのキンピラ、ブロッコリーとじゃこの和え物、味噌汁(なめこ・豆腐)		ごはん、レバーの竜田揚げ、さつま芋オレンジ煮、カニカマ入り酢みそ和え、味噌汁(にんじん・だいこん)		ごはん、ウイングスティックと野菜の煮物、焼き豚とキャベツの味噌マヨネーズ、トマト、味噌汁(生揚げ)		芋ご飯、肉豆腐、しらす入り酢の物、味噌汁(もやし・油揚げ)		豚肉丼、ゆかりきゅうり、トマト、味噌汁（豆腐）、柑橘	
午後	ホットケーキ、柑橘、牛乳		大学芋、いちご、牛乳		納豆チヂミ、味噌きゅうり、チーズ、お茶		カレーサモサ、柑橘、牛乳		みたらしかぼちゃ、クラッカー、牛乳		ホットドッグ、いちご、牛乳	
午前	14	牛乳50（1オクラのみ）	15	牛乳50（1オクラのみ）	16	牛乳50（1オクラのみ）	17	牛乳50（1オクラのみ）	18	牛乳50（1オクラのみ）	19	
昼食	タンメン、ポテトサラダ、ブロッコリーのおかかあえ、トマト		ごはん、さわらのカレーフリット、高野豆腐の煮物、和風サラダ、味噌汁(白菜)		ごはん、スペインオムレツ、大豆煮、蒸し鶏の中華ナムル、味噌汁(きのこ)		スパゲティーミートソース、鶏肉のサラダ、豆腐と卵のスープ、いちご		ピースごはん、鶏肉と新じゃがの甘酢あん、トマト入り酢の物、味噌汁(かぶ・油揚げ)		ハヤシライス、ゆかりきゅうり、トマト、豆腐のすまし汁、いちご	
午後	シュガートースト、いちご、牛乳		スープスパゲッティー、柑橘、お茶		かぼちゃのボーロ、りんご、牛乳		コーンフレーク、柑橘、牛乳		オレンジゼリー、おせんべい、牛乳		黒糖むしばん、柑橘、牛乳	
午前	21	牛乳50（1オクラのみ）	22	牛乳50（1オクラのみ）	23	牛乳50（1オクラのみ）	24	牛乳50（1オクラのみ）	25	牛乳50（1オクラのみ）	26	
昼食	たぬきうどん、さつまいものそぼろ煮、人参しりしり、トマト		ごはん、あじのコーンマヨネーズ焼き、さつま芋のあめだき、小松菜とひじきの和え物、味噌汁(たまねぎ・わかめ)		《誕生日会》竹の子ごはん、手羽先のから揚げ、ひすい煮、春雨サラダ、豆腐のすまし汁		ごはん、豚肉のしょうが焼き、ふきと油揚げの煮物、おからサラダ、味噌汁(にんじん・だいこん)		卵サンドイッチ、カレーシチュー、スティックサラダ、柑橘		とり肉丼、ゆかりきゅうり、トマト、味噌汁（麴）、いちご	
午後	むしばん、いちご、牛乳		マカロニきな粉、柑橘、牛乳		アナナスケーキ、いちご、牛乳		ポテトフライ、柑橘、牛乳		おかかおにぎり、小魚、ブロッコリーの塩こぶあえ、お茶		ホットサンド(ツナマヨ)、柑橘、牛乳	
午前	28	牛乳50（1オクラのみ）	29		30	牛乳50（1オクラのみ）						
昼食	味噌ラーメン、ベーコンポテト、ごぼうとにんじんのゴマあえ、トマト				ごはん、鶏肉のみそ焼き、かぼちゃのおかかあえ、三色酢の物、味噌汁(キャベツ)							
午後	《えらべるおやつ》いちご、牛乳				サンドパン、さつま芋チップ、牛乳							