



日	曜	午前おやつ	昼食	午後おやつ
1	月	ウエハース、牛乳	白身魚の梅焼き、切り干し大根煮、みそ汁、りんご	グレープゼリー
2	火	リンゴジュース	鶏肉のから揚げ、さつまいもサラダ、野菜スープ、ゆかり、柿	ロールサンド、牛乳
3	水		《文化の日》	
4	木	りんご	鮭のパン粉焼き、しょうゆフレンチ、コンソメスープ、柿	リッツサンド、牛乳
5	金	せんべい、牛乳	芋いもコロケ、お浸し、すまし汁、バナナ	ヨーグルト
6	土		麻婆豆腐、麦茶	せんべい
8	月	ボーロ、牛乳	焼き魚、すき昆布煮、けんちん汁、バナナ	フルーツポンチ
9	火	野菜ジュース	さつまいもカレー、かぶのサラダ、麦茶、りんご	さつまいもマフィン 牛乳
10	水	アスパラガス 牛乳	赤魚の甘辛揚げ、茹で野菜のヨーグルトサラダ、みそ汁、バナナ	ジョア
11	木	バナナ、牛乳	豚肉の生姜焼き、ブロッコリーサラダ、みそ汁、柿	《調理の会のメニュー》 揚げない大学芋、牛乳
12	金	鉄強化ビスケット 牛乳	肉うどん、大根の漬物、りんご	白ぶどうジュース
13	土		五目あんかけ丼、麦茶	せんべい
15	月	せんべい、牛乳	五目卵蒸し、ナムル、ゆかり、すまし汁、りんご	ポップコーン、麦茶
16	火	ヨーグルト	肉じゃが、野菜の和え物、みそ汁、ラ・フランス	黒糖蒸しパン 牛乳
17	水	ボーロ、牛乳	根菜バーグ、切り干し大根サラダ、みそ汁、りんご	フルーツチェ
18	木	野菜ジュース	焼き魚、菊花和え、芋煮汁、柿	鮭わかめおにぎり 麦茶
19	金	ヤクルト	《誕生会》 スタミナ丼、具たくさん汁、マスカットゼリー	さつまいもドーナツ 麦茶
20	土		クリームシチュー、ゆかり、麦茶	せんべい
22	月	鉄強化ビスケット 牛乳	鶏肉のチーズピカタ、マカロニサラダ、みそ汁、みかん	プリンアラモード
23	火		《勤労感謝の日》	
24	水	バナナ、牛乳	豚肉のみそ炒め、お浸し、すまし汁、りんご	フルーツヨーグルト
25	木	ビスコ、牛乳	タンドリーチキン、きのこスパゲティー、かぶのスープ、みかん	さつまいもパイ、牛乳
26	金	ぶどうジュース	みそおでん、お浸し、味付け海苔、麦茶、りんご	シュガートースト 牛乳
27	土		豚肉丼、麦茶	せんべい
29	月	せんべい、牛乳	麻婆豆腐、春雨中華サラダ、みそ汁、りんご	マシュマロクッキー 牛乳
30	火	鉄強化ビスケット 牛乳	筑前煮、お浸し、かきたま汁、みかん	しらす昆布おにぎり 麦茶

※献立は都合により変更になることがあります！

