

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	9		10		11	オレンジ	12	りんご	13	バナナ	14	おせんべい
昼食						ごはん、すまし汁、松風焼き、筑前煮		じゃこごはん、みそ汁(なめこ)、肉じゃが(豚肉)、ほうれんそうのお浸し		ごはん、みそ汁(さつまい芋・ねぎ)、さけのパン粉焼き、切干大根のサラダ		焼きそば
午後						ボンデケーキ		豆乳餅		抹茶スコーン		ゼリー
午前	16	りんご	17	オレンジ	18	バナナ	19	オレンジ	20	りんご	21	おせんべい
昼食		ごはん、みそ汁(もやし・わかめ)、鶏肉の治部煮、きゅうりともやしの酢の物		ごはん、みそ汁(だいこん・ねぎ)、さばのみそ煮、ほうれん草の白和え(にんじん・ごま)		お楽しみクッキング		ごはん、みそ汁(はくさい・油揚げ)、鶏肉のみそ煮、ポテトサラダ		ごはん、中華スープ(チンゲン菜・ねぎ)、油淋鶏、ほうれん草ナムル		カレーライス
午後		きなこクッキー(卵・牛乳なし)		コーンフレーククッキー		おせんべい		オレンジゼリー		スイートポテト		ヨーグルト
午前	23	りんご	24	バナナ	25	オレンジ	26	りんご	27	オレンジ	28	おせんべい
昼食		ごはん、豆乳スープ、たらのチーズ焼き、フロッコリーのおかか和え		ごはん、みそ汁(かぼちゃ・もやし)、厚揚げの炒め物、ほうれん草のごま和え(人参)		ごはん、野菜スープ、マーボー豆腐、はるさめサラダ		ゆかりごはん、ポトフ(冬野菜)、ささみフリット、根菜サラダ		ごはん、わかめスープ(もやし)、鶏肉のごまみそ焼き、ピーマン		豚丼
午後		ココアクッキー		パイナップルゼリー		ベーコンパン		バナナケーキ		黒ゴマパン		ゼリー
午前	30	バナナ	31	バナナ								
昼食		ごはん、みそ汁(だいこん・油あげ)、ぶりの照り焼き、れんこんのきんぴら・豚肉		ごはん、みそ汁(チンゲン菜・さつまいも)、豚肉のすき焼き風煮物(豆腐)、きゅうりの酢の物								
午後		マーマレードケーキ		ココアケーキ								

- ※ お楽しみクッキングの献立は決まり次第玄関に張り出します
- ※ 都合により献立が変更になることがあります
- ※ おやつの際は牛乳またはお茶を飲みます