



	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
日付		1	2	3	4	5
10時		ウエハース	クッキー	文化の日 	せんべい	ビスケット
昼食		・ごはん／みそ汁(小松菜) ・ポークジンジャー ・白菜のおかか和え ・ラフランス	・厚揚げのそぼろあんかけ丼 ・のっぺい汁 ・ひじきサラダ ・オレンジ		<七五三お祝い膳> ・赤飯／すまし汁(麩) 🍎 れんこんバーグ(卵除去) ・紅白なます／ゴールドキウイ	・肉野菜あんかけうどん ・チンゲンサイの和え物 ・バナナ
3時		牛乳／キャロットケーキ(卵除去)	牛乳／マシュフレ		牛乳／スイートポテト(卵除去)	牛乳／せんべい
日付	7	8	9	10	11	12
10時	せんべい	バナナ	ポーロ	せんべい	ウエハース	せんべい
昼食	・ごはん／すまし汁(はんぺん) ・鮭の香り焼き ・シルバーサラダ ・ラフランス	・チャブチェ丼 ・中華スープ(カニカマ) ・かぶサラダ ・ジュース	・ごはん／野菜スープ ・キーマカレー ・キャベツのポン酢和え ・バナナ	・きつねうどん ・ミニシューマイ ・ブロッコリーの中華サラダ ・ゴールドキウイ	・ごはん／きのこスープ ・チキンのマーマレード焼き ・スパゲティサラダ(卵除去) ・バナナ	・マーボー豆腐丼 ・もやしのスープ ・水菜とコーンのサラダ ・ミニゼリー
3時	牛乳／マヨコーンパン(卵除去)	牛乳／大学芋	牛乳／ジャムサンド	牛乳／鮭わかめおにぎり	牛乳／ブリッツ	牛乳／ビスケット
日付	14	15	16	17	18	19
10時	ポーロ	せんべい	クッキー	フルーツゼリー	せんべい	ウエハース
昼食	・ごはん／みそ汁(油揚げ) ・ポテトコロッケ ・納豆／白菜のツナ和え ・バナナ	《お誕生会》 🍎 炊き込みきのごはん ・春雨スープ／エビフライ(卵除去) ・シャキシャキサラダ／オレンジ	・ごはん／わかめスープ ・ポークチャップ ・ほうれん草のしらす和え ・柿	・ごはん／すまし汁(麩) ・カジキの竜田揚げ ・白菜とささみのごまみそ和え ・みかん	・ごはん／豚汁 ・鮭の照焼き ・切干大根の煮物 ・ラフランス	・鶏肉と野菜のうどん ・ブロッコリーのおかか和え ・バナナ
3時	牛乳／せんべい	牛乳／メロンケーキ(卵除去)	牛乳／ココア蒸しパン(卵除去)	牛乳／フルーツポンチ	牛乳／🍎きのごびザトースト	牛乳／せんべい
日付	21	22	23	24	25	26
10時	バナナ	ウエハース	勤労感謝の日 	バナナ	ビスケット	せんべい
昼食	・ごはん／コンソメスープ ・ハムフライ ・シーザーサラダ ・ミニゼリー	・ごはん／すまし汁(そうめん) ・みそチキン ・ミニおでん ・ゴールドキウイ		・ごはん／お吸い物 🍎 さわらの幽庵焼き ・ひじきの煮物 ・みかん	和食の日 ・ごはん／すまし汁(わかめ) ・秋サケのホイル焼き ・小松菜のナムル ・ラフランス	・ごはん／みそ汁(豆腐) ・野菜炒め ・スティックきゅうり ・バナナ
3時	飲むヨーグルト／ミニバウムクーヘン	牛乳／🍎ポテたこ焼き		牛乳／🍎どら焼き(卵除去)	牛乳／🍎きなこトースト	牛乳／ビスケット
日付	28	29	30			
10時	フルーツゼリー	バナナ	ポーロ	※食材の都合により献立が変わることがあります。 🍎 新メニューマークです 📖 絵本からのおやつメニューマークです		
昼食	・ごはん／ポテトのスープ ・サーモンのチーズグリル ・ポパイサラダ ・オレンジ	🍎 カレーラーメン ・肉団子(ミニサラダ付き) ・白ぶどう & ほうれん草のジュース	・ごはん／中華スープ 🍎 チキンのアップルジンジャー ・コールスローサラダ ・バナナ			エネルギー 474 kcal たん白質 18.0 g 脂質 14.1 g 塩分 1.9 g
3時	牛乳／りんご蒸しパン(卵除去)	牛乳／ビスケット	牛乳／📖クッキー(卵除去)			