

月	火	水	木	金
2	3	4	5	6
ごはん 回鍋肉 わかめスープ	チキンライス フレンチサラダ コンソメスープ	ごはん 炒り鶏 梅かつお和え	わかめごはん ねぎチャーシュー麺 ツナの和え物	麦ごはん ポークソテーきのこソース ポイルキャベツ ポパイスープ
				
9	10	11	12	13
スポーツの日	ごはん 手作りしゅうまい おかか和え なばのすまし汁	クロワッサン 鶏肉のレモン漬け ほうれん草のチーズ和え 野菜スープ	栗入りおこわ 鮭の塩焼き 昆布茶和え 味噌汁	きのこのスパゲッティ ミネストローネ ゼリー
				
16	17	18	19	20
野菜たっぷり豚丼 即席漬け 果物（りんご）	ごはん 肉じゃが 和風サラダ	ロールパン お好み焼き ささ身サラダ 豆腐スープ	ごはん 太田かぶ菜漬け 野菜のうま煮 ごま和え	麦ごはん 鯖の竜田揚げ 切干大根の酢の物 ふのすまし汁
				
23	24	25	26	27
ごはん さつま揚げと野菜の 中華炒め ビーフンスープ	ごはん 竹輪の二色揚げ ごま酢和え 味噌汁	ハヤシライス コールスローサラダ ミックスフルーツ	ごはん ひじきオムレツ ブロッコリーサラダ かぼちゃのポタージュ	ビーンズチャーハン 五色和え 中華スープ
				
30	31	<b>R5年</b>     		
ごはん 家常豆腐 華風酢の物	ごはん 照り焼きチキン もやし和え物 豚汁			
				