

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1 型抜きチーズ	2 胚芽ビスケット	3 ウエハース	4 ドライプルーン	5 クラッカー
昼食		ご飯(胚芽米) 魚天ぷら キャベツ炒め みそ汁(豆腐)	沖縄そば 五目煮 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 青椒肉絲 中華スープ	胚芽ロールパン 鮭のクリームシチュー スパサラ	タコライス 野菜スープ 付け合わせ(きゅうり)
午後		野菜フリッツ みかん/保育乳	わかめおにぎり りんご/保育乳	りんごの包揚げ すいか/保育乳	なめしおにぎり キウイ/保育乳	ホットケーキ 保育乳/果物
午前	7 海藻バー	8 ビスケット	9 ドライプルーン	10 ごませんべい	11 ステックゼリー	12 クラッカー
昼食	ご飯(胚芽米) 茄子味噌炒め レタススープ	ご飯(胚芽米) さけの塩焼き もやしの和え物 みそ汁(とうがん)	ごはん(胚芽米) 中味汁 せんぎり炒め 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 回鍋肉 ワカメスープ 付け合わせ(トマト)	胚芽パン 鶏のハーブ焼き キャベツとコーンのサラダ トマトスープ	焼きうどん 玉子スープ 付け合わせ(きゅうり・トマト)
午後	もずく天ぷら ぶどう/保育乳	黒ごまプリン りんご/保育乳	ゆでとうもろこし みかん/保育乳	ひじきクッキー すいか/保育乳	ゆかりおにぎり パイナップル/保育乳	わかめおにぎり 保育乳/果物
午前	14 小魚せんべい	15 型抜きチーズ	16 ビスケット	17 野菜ステック	18 ドライプルーン	19 クラッカー
昼食	もずく丼 中華風サラダ 豆腐スープ	ご飯(胚芽米) 魚の南蛮漬け ゆし豆腐	ご飯(胚芽米) みそ汁 鶏レバーの甘辛煮 ネバネバ和え	ご飯(胚芽米) 肉じゃが みそ汁 もやしの塩昆布和え	ご飯(胚芽米) 鶏肉の照り焼き ゴーヤーチャンプルー そうめん汁	二色丼 みそ汁 付け合わせ(トマト)
午後	サモサパン ドライプルーン/保育乳	オートミールバー みかん/保育乳	黒ゴマトースト りんご/保育乳	マーマレード焼きケーキ キウイ/保育乳	ミニ小魚スナック バナナ/保育乳	ヒラヤーチー 保育乳/果物
午前	21 クラッカー	22 カルシュウムせん	23	24 型抜きチーズ	25 じゃこあげせんべい	26 クラッカー
昼食	ご飯(胚芽米) きのこハンバーグ みそ汁 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 鮭のみそマヨ焼き みそ汁 きゅうりの梅和え	慰霊の日	弁当(誕生会)	カレー ごぼうサラダ	ひじきご飯 みそ汁 付け合わせ(きゅうり)
午後	ジャムサンド みかん/保育乳	もちもちドーナツ りんご/保育乳		ケーキ パイナップル/保育乳	ゴーヤチップス バナナ/保育乳	
午前	28 ビスケット	29 型抜きチーズ	30 ドライプルーン	♥もずく♥ 一年中店頭で見ることが出来ますが、旬は4~6月。この旬の時期にぜひご家庭で生もずくを味わってください。酢で和えた「もずく酢」の他に、天ぷらや汁物、もずく丼等もおすすです。もずく丼のレシピはクックパッドに載せていますので是非参考にしてください。		
昼食	メキシカンライス ポークビーンズ 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 鶏肉のレモンソースがけ みそ汁 付け合わせ(きゅうり)	ご飯(胚芽米) 豚肉のしょうが焼き コロコロサラダ なめこみそ汁			
午後	かぼちゃのオープン焼き みかん/保育乳	黒糖アガラー りんご/保育乳	麦天 みかん/保育乳			

