

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1 クラッカー	2 ドライブルー	3 ベビーチーズ	4 クラッカー	5 ドライブルー	6 クラッカー
昼食	ミートスパゲティー 付け合わせ(きゅうり) レタスと卵のスープ	黒米ごはん 鯖の塩焼き ネバネバ和え みそ汁	ご飯(胚芽米) 豚肉のごまみそ焼き 茄子サラダ すまし汁(アーサ)	ご飯(胚芽米) 鶏肉の照焼 せんぎり炒め そうめん汁	ゆかりごはん ちくわ磯辺揚げ 付け合わせ(きゅうり) チムシンジ	タコライス 付け合わせ(きゅうり) きのこスープ
午後	たぬきおにぎり グレープフルーツ/保育乳	キャベツマフィン りんご/保育乳	アイスクリーム バナナ/クラッカー	サモサパン キウイ/保育乳	黒糖アガラサー パイナップル/保育乳	ホットケーキ 果物/保育乳
午前	8 クラッカー	9 ドライブルー	10 ベビーチーズ	11	12 ドライブルー	13 クラッカー
昼食	ご飯(胚芽米) 青椒肉絲 付け合わせ(トマト) はるさめスープ	ご飯(胚芽米) ナーベランプシー 砂肝の和え物	ご飯(胚芽米) 白身魚の西京焼き モウイの梅和え みそ汁(豆腐)		お弁当	カレーうどん 付け合わせ(きゅうり・トマト)
午後	さつま揚げ すいか/保育乳	にんじんカップケーキ キウイ/保育乳	のりごまクッキー パイナップル/保育乳		ソファール りんご/味付けいりこ	わかめおにぎり 果物/保育乳
午前	15 クラッカー	16 ドライブルー	17 ベビーチーズ	18 クラッカー	19 ドライブルー	20 クラッカー
昼食	夏野菜カレー コールスローサラダ	ご飯(胚芽米) 麻婆豆腐 付け合わせ(きゅうり) かき玉汁	ご飯(胚芽米) 豚肉の生姜焼き 和え物 みそ汁(じゃがいも)	ご飯(胚芽米) 鶏の唐揚げ 春雨の中華和え わかめスープ	ご飯(胚芽米) 魚の甘酢あんかけ きゅうりとわかめの和え物 ゆし豆腐	梅じゃこチャーハン 付け合わせ(きゅうり・トマト) 豚汁
午後	ゴーヤーチップス りんご/保育乳	スコーン キウイ/保育乳	黒ごまプリン バナナ/保育乳	甘がし パイナップル/保育乳	ごぼうの梅煮 オレンジ/保育乳	
午前	22 クラッカー	23 ドライブルー	24 ベビーチーズ	25 クラッカー	26 ドライブルー	27 クラッカー
昼食	もずく丼 付け合わせ(きゅうり) みそ汁	ご飯(胚芽米) 鮭の塩焼き クープイリチー 貝だくさんみそ汁	沖縄そば 五目煮 付け合わせ(きゅうり)	★誕生会★	ご飯(胚芽米) さばの南部焼き 人参しりしり みそ汁(じゃがいも)	ピザトースト ほうれんそうのスープ つけあわせ(きゅうり)
午後	黒糖くすもち オレンジ/保育乳	揚げパン パイナップル/豆乳	ゆかりおにぎり すいか/保育乳	ケーキ グレープフルーツ/保育乳	焼きそば りんご/保育乳	油揚げとにんじんのおにぎり 果物/保育乳
午前	29 クラッカー	30 ドライブルー	31 ベビーチーズ	食べたことあるかな？ ☆中身汁：沖縄のお祝いの席では欠かせない豚モツの吸い物。具は、豚モツ、こんにゃく、しいたけが一般的です。 ☆チムシンジ：漢字で「肝煎じ」と書きます。豚のレバーを煎じるという意味です。「チムシンジ」とは「クスイムン」(薬になるもの)と言われ、体力の回復・増強の時におすすめです。一皿(碗)で不足しがちな鉄分をしっかりと補給できます。		
昼食	ロールパン 魚のラタトゥイユソースかけ スパゲティーサラダ かぼちゃスープ	ご飯(胚芽米) 鶏肉の香味焼き タマナーチャンブルー みそ汁(油揚げ)	ご飯(胚芽米) 茄子味噌炒め 付け合わせ(きゅうり) 中華スープ			
午後	菜飯おにぎり りんご/保育乳	野菜かきあげ キウイ/保育乳	ケーキサレ オレンジ/保育乳			