

	月	火	水	木	金	土
昼食			1 ご飯 鶏のママレード焼き または 鰹カツ&コロッケ 大根の炒り煮 みそ汁	2 ご飯 牛皿 または 白身魚の和風あんかけ キャベツのわさび和え すまし汁	3 ご飯 肉団子のケチャップ煮 または さわらの香草焼き ブロッコリーのハムサラダ コンソメスープ/フルーツ	4 子供の日メニュー オムライス 洋食盛り合わせ コーンスープ 抹茶ムース
おやつ			ドーナツ	カステラ	レアチーズケーキ	水まんじゅう
昼食	6 散らし寿司 里芋の味噌煮 すまし汁 フルーツ	7 ご飯 鶏肉の青シソ風味焼き または 白身魚のニラソース 切干大根 若竹汁	8 ご飯 豚肉のおろしソース または 鮭のバター醤油焼き ほうれん草の辛子和え かきたま汁	9 ご飯 鶏肉のオイマヨ焼き または たらのカレームニエル 青菜のハムサラダ オニオンスープ	10 ご飯 牛肉のしぐれ煮 または あじの梅煮 冷奴 すまし汁	11 ご飯 回鍋肉 または 白身魚の中華あんかけ 焼売 たまごスープ
おやつ	パンケーキ	クレープ	吹雪饅頭	マンゴーロール	おはぎ	メロンゼリー
昼食	13 麦ごはん 牛肉の和風炒め または 白身魚の磯辺焼き ふきの炒め煮 みそ汁	14 ご飯 鶏肉のハニーマスタード焼き または さばのレモン焼き 青梗菜の炒め物 すまし汁	15 水曜日だけフライデー ご飯 フライ盛り合わせ (白身魚フライ コロッケ・メンチカツ) オクラの梅肉和え/みそ汁	16 ご飯 ポークチャップ または さわらのポテト焼き ブロッコリーサラダ コンソメスープ	17 わかめご飯 焼きバンバンジー または 白身魚の照り焼き 白菜の煮浸し すまし汁	18 ご飯 麻婆豆腐 または 海老のチリソース 大根の中華サラダ 中華スープ
おやつ	チョコレート饅頭	カップケーキ	シュークリーム	フルーチェ	酒饅頭	たこやき
昼食	20 ご飯 鶏肉のはちみつレモン焼き または メルルーサのケチャップ焼き キャベツサラダ パンプキンスープ	21 握り寿司 大根の煮物 みそ汁 フルーツ	22 ご飯 鶏のねぎあんかけ または 白身魚の唐揚げ 大根サラダ みそ汁	23 菜飯 醤油ラーメン しろなのツナ和え 季節のフルーツ	24 ご飯 豚肉の生姜焼き または 鮭の焼きびたし 冬瓜のツナ煮 みそ汁	25 ご飯 鶏肉の胡麻味噌焼き または 赤魚のみりん焼き 揚げ出し豆腐 すまし汁
おやつ	モカロール	こしあんケーキ	桃饅頭	いちごゼリー	黒糖饅頭	水羊羹
昼食	27 ご飯 豚肉のオイスターソース炒め または ホキのつけ焼き ひじきの五目煮 みそ汁	28 ご飯 プルコギ(牛肉) または たらのだ甘酢あんかけ 青梗菜の胡麻サラダ ワカメスープ/フルーツ	29 福島県メニュー 会津ソースカツ丼 ひき菜炒り 小汁 フルーツ	30 生姜ご飯 豚肉の卵とし または さわらのみそ焼き 揚げ茄子の生姜和え すまし汁	31 ご飯 鶏肉のオーロラ焼き または たらのだ磯風味焼き 豆腐サラダ コンソメスープ	
おやつ	クレープ	キャラメルケーキ	上用饅頭	プリン	ドーナツ	

