

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
午前	1	牛乳 せんべい	2	牛乳 クッキー	3	牛乳 ビスケット	4	牛乳 せんべい	5	牛乳 クラッカー	6	牛乳 クッキー
屋食	ごはん キャベツのみそ汁 鶏肉のケチャップ炒め 青菜のおひたし 果物		ごはん 麺スープ ハンバーグ 南瓜サラダ 果物		カレーライス わかめのスープ サラスパサラダ ゼリー		ごはん けんちん汁 ほっけの塩焼き ひじきの炒め煮 果物		ごはん 大根のみそ汁 焼き肉 春雨サラダ 果物		五目中華丼 チンゲン菜のスープ 果物	
午後	牛乳 あんぱん		牛乳 ピラフおにぎり		牛乳 バナナ せんべい		牛乳 サンドイッチ		ヨーグルト せんべい		牛乳 パン	
午前	8	牛乳 ビスケット	9	牛乳 クラッカー	10	牛乳 せんべい	11	牛乳 クッキー	12	牛乳 ビスケット	13	牛乳 クラッカー
屋食	ごはん 白菜のみそ汁 さんまのみぞれ煮 キャベツのゆかり和え 果物		ごはん 玉ねぎのスープ チキンカツ ポテトサラダ 果物		野菜しょうゆラーメン しゅうまい ポリポリ胡瓜 果物		ごはん えのきと豆腐のみそ汁 肉じゃが ブロッコリーのおひたし 果物		ごはん 豚汁 鮭の塩焼き 小松菜のごま和え 果物		心の卵としじり わかめのみそ汁 果物	
午後	牛乳 マカロニきな粉		ミルクプリン せんべい		牛乳 わかめおにぎり		牛乳 スティックケーキ		牛乳 豆腐ドーナツ		牛乳 パン	
午前	15	牛乳 クッキー	16	牛乳 ビスケット	17	牛乳 クラッカー	18	牛乳 せんべい	19	牛乳 クッキー	20	牛乳 ビスケット
屋食	ごはん もずくのすまし汁 肉団子 マカロニサラダ 果物		ごはん かしわ汁 サバの西京焼き 切干大根の煮物 果物		カレー風味のトマトライス チンゲン菜のスープ キャベツの塩昆布和え 果物		ごはん 豆乳みそスープ メンチカツ コールスローサラダ 果物		ごはん なめこのみそ汁 鶏のマーマレード煮 もやしとハムの和え物 果物		ハヤシライス 野菜スープ 果物	
午後	牛乳 大学ポテト		牛乳 カステラサンド		ゼリー せんべい		牛乳 ゆかりおにぎり		牛乳 スティックパン		牛乳 パン	
午前	22	牛乳 クラッカー	23	牛乳 せんべい	24	牛乳 クッキー	25	牛乳 ビスケット	26	牛乳 クラッカー	27	牛乳 せんべい
屋食	ごはん かき玉みそ汁 いわしの生姜煮 ナムル野菜 果物		ごはん 青菜のみそ汁 鶏肉と野菜の旨煮 ハンサンスー 果物		ナポリタン コンソメスープ チキンナゲット ブロッコリーサラダ 果物		ごはん きのこのみそ汁 麻婆豆腐 三色和え 果物		ごはん かぶのスープ アジメンチ ひじきサラダ 果物		肉丼 心のみそ汁 果物	
午後	牛乳 蒸しパン		牛乳 青のりラスク		牛乳 ごま塩おにぎり		牛乳 マーラーカオ		ミルクスイーツ せんべい		牛乳 パン	
午前	29	昭和の日	30	牛乳 クッキー	 <p>「いただきます」を大切に みんなが食べている肉・魚・野菜にも命があつてその命を頂いています。肉も魚も野菜も、みんなと同じで大きくなりたいと思って生きている大切な命。食事を頂くことに感謝の気持ちが膨らみます。</p>							
屋食			ごはん 中華スープ 鶏肉の照り焼き キャベツのツナサラダ ミニゼリー									
午後			牛乳 米粉ケーキ		 <p>今月の1人当たりの栄養量 エネルギー474kcal たんぱく質18.7g 脂質16.0g カルシウム263mg 鉄分2.0mg 塩分1.6g</p>							

・献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。