

日	曜	行事	年少10時おやつ	昼 食	3時おやつ
1	木		牛乳 / 畑のクラッカー	麦ごはん / シーフードオムレツ / マカロニサラダ / 豆乳コーンスープ	ミルク / かるかん
2	金		牛乳 / パナナ	麦ごはん / 納豆のかき揚げ / もずくの酢の物 / 白菜の味噌汁	汁ピーフン
3	土	文化の日			
4	日				
5	月		牛乳 / みかん	ゆかりごはん / 鰹のつみれ汁 / 小松菜とひじきの和え物	ミルク / しらすトースト
6	火		牛乳 / キウイフルーツ	麦ごはん / 八宝菜 / はんぺんのごまマヨネーズ和え / ぶの清汁	ミルク / ふかし芋
7	水		牛乳 / えびまるせん	玄米ごはん / 里芋と鶏肉のうま煮 / 春雨のごま酢和え / むらくも汁	サワーミルク / 柿 / 炒りいりこ
8	木		牛乳 / チーズ	麦ごはん / 鯖の南蛮漬 / 大豆の五目煮 / 白菜のスープ	ミルク / かぼちゃかん / せんべい
9	金		牛乳 / パナナ	ごまごはん / 鶏肉のマリネ焼き / 白雪サラダ / キャベツの味噌汁	ミルク / りんごのケーキ
10	土		牛乳 / うの花クッキー	サンドイッチ / 野菜スープ	ミルク / チーズ / ポップコーン
11	日				
12	月		牛乳 / みかん	麦ごはん / 人参味噌つくね / ひじきのマリネ / 豆腐の味噌汁	フルーツヨーグルト / ウエハース
13	火		牛乳 / キウイフルーツ	シーチキンごはん / ポトフ / れんこんのサラダ	和風スパゲティ
14	水		牛乳 / チーズ	麦ごはん / 飛竜頭 / 柿なます / もずくスープ	豆乳ミルク / りんご / 胚芽スティック
15	木		牛乳 / 畑のクラッカー	きのこのカレー / 大豆とブロッコリーのサラダ	ミルク / おからマフィン
16	金		牛乳 / パナナ	雑穀ごはん / 鯖の煮つけ / もやしの中華和え / 厚揚げの味噌汁	ミルク / 手作りクラッカー
17	土		牛乳 / ブランクッキー	麦ごはん / 豚肉と大根の煮物 / きゅうりのごま酢和え / わかめの清汁	ミルク / みかん / ねじりん棒
18	日				
19	月		牛乳 / みかん	ゆかりごはん / 鰹のつみれ汁 / 小松菜とひじきの和え物	ミルク / しらすトースト
20	火		牛乳 / キウイフルーツ	麦ごはん / 八宝菜 / はんぺんのごまマヨネーズ和え / ぶの清汁	ミルク / ふかし芋
21	水		牛乳 / えびまるせん	玄米ごはん / 里芋と鶏肉のうま煮 / 春雨のごま酢和え / むらくも汁	サワーミルク / 柿 / 炒りいりこ
22	木		牛乳 / チーズ	きのこごはん / チキンカツ / マセドアンサラダ / 豆乳スープ / みかん	ミルク / かぼちゃかん / せんべい
23	金	勤労感謝の日			
24	土		牛乳 / うの花クッキー	麦ごはん / ポークソテー / キャベツのサラダ / ベーコンスープ	ミルク / りんご / ポップコーン
25	日				
26	月		牛乳 / みかん	麦ごはん / 人参味噌つくね / ひじきのマリネ / 豆腐の味噌汁	フルーツヨーグルト / ウエハース
27	火		牛乳 / キウイフルーツ	シーチキンごはん / ポトフ / れんこんのサラダ	豆乳ミルク / りんご / 胚芽スティック
28	水		牛乳 / チーズ	麦ごはん / 飛竜頭 / 柿なます / もずくスープ	汁ピーフン
29	木		牛乳 / 畑のクラッカー	麦ごはん / シーフードオムレツ / マカロニサラダ / 豆乳コーンスープ	ミルク / かるかん
30	金		牛乳 / パナナ	麦ごはん / 納豆のかき揚げ / もずくの酢の物 / 白菜の味噌汁	ミルク / ココアケーキ
12/1	土		牛乳 / ブランクッキー	麦ごはん / 鮭のチャンチャン焼き / 春雨のごま酢和え / ぶの清汁	ミルク / パナナ / 胚芽スティック
2	日				
3	月		牛乳 / みかん	麦ごはん / 肉豆腐 / 白菜のおかか和え / 里芋の味噌汁	ミルク / ほうれん草マフィン
4	火		牛乳 / キウイフルーツ	雑穀ごはん / 鯖の竜田揚げ / 大根の中華和え / わかめの清汁	ちゃんぼん
5	水		牛乳 / えびまるせん	チキンカレー / 大豆とひじきのサラダ	サワーミルク / みかん / ミレービスケット

次月1～5日の献立は変更になる場合があります。ご了承下さい。