



月	火	水	木	金
		1	2	3
		ごはん みそ汁 豚の生姜炒め 厚焼玉子 一口ゼリー	食パン 野菜スープ 肉コロッケ ブロッコリーサラダ フルーツクリーム *牛乳	ふりかけごはん(玉子) いわしのつみれ汁 鶏の西京焼き 大豆のひじき煮 パン缶
		360/14.5/12.4/1.5	500/17.0/25.1/2.6	340/14.8/8.9/1.9
6	7	8	9	10
ごはん 野菜スープ ハンバーグデミソース コーンサラダ みかん缶	わかめごはん 牛乳 鶏のから揚げ マカロニサラダ 一口ゼリー 〈年長バイキング〉	焼きそば わかめスープ スマイルポテト かにかま和え オレンジ	ごはん 中華スープ 麻婆豆腐 もやしのナムル もも缶	チキンカレー/福神漬け 牛乳 豆腐ナゲット グリーンサラダ グレープフルーツ
405/14.4/14.9/1.9	438/15.7/16.4/1.4	366/10.5/14.6/1.7	327/12.4/8.0/1.8	527/15.9/18.8/3.5
13	14	15	16	17
卵とじうどん 牛乳 えびしゅうまい ブロッコリーの蒸し鶏和え みかん缶	コーンごはん ミネストローネ ハートコロッケ スパゲティサラダ ミニシュークリーム	ごま塩ごはん みそ汁 白身魚フライ れんこんサラダ バナナ	揚げパン/ココア 野菜スープ プレーンオムレツ シーザーサラダ オレンジゼリー *牛乳	ふりかけごはん(野菜) みそ汁 鶏の照り焼き 大根サラダ りんご
360/15.5/13.4/1.9	478/10.2/18.1/1.7	393/12.6/9.3/1.9	435/13.4/18.7/1.6	324/12.2/6.8/1.8
20	21	22	23	24
ふりかけごはん(おかか) すまし汁 さばの味噌煮 千草和え パン缶	菜めし 中華スープ 八宝菜 春巻き オレンジ	ごはん 豚汁 メンチカツ 白菜のとろりあんかけ グレープフルーツ	【天皇誕生日】	ミートソーススパゲティ コンソメスープ バイクドエッグポテト 花野菜サラダ もも缶 *牛乳
332/14.8/9.7/1.3	384/11.3/12.0/1.7	388/12.3/11.0/2.0		456/17.0/18.4/2.6
27	28	☆バイキングメニュー		
二色丼 みそ汁 ウイナーソテー 菜っ葉キャベツ バナナ	わかめごはん 牛乳 鶏のから揚げ 春雨サラダ 一口ゼリー 〈年中・ひよこバイキング〉	・わかめごはん ・バターロール ・鶏のから揚げ ・えびフライ	・スマイルポテト ・ミートボール ・春雨サラダ ・マカロニサラダ	・ミニシュークリーム ・オレンジ ・バナナ ・りんごジュース ・ぶどうジュース ・コーヒーマル
441/16.4/17.2/2.1	394/14.2/12.1/1.6			

エネルギー(kcal)/たんぱく質(g)/脂質(g)/食塩(g)

※ナフキン・お箸・コップ・歯ブラシを持たせてください。  
※カレーがでる時は、スプーンも持たせるようお願いいたします。