

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前						1 塩せんべい、スキムミ
昼食						厚揚げカレースパゲティー、チーズ(棒)、バナナ
午後						甘辛せんべい
午前	3 カステラ、スキムミルク	4 ウエハース、スキムミルク	5 甘辛せんべい、スキムミ	6 鉄強化ビスケット、スキ	7 甘辛せんべい、スキムミ	8 塩せんべい、スキムミ
昼食	散らし寿司、あさりの味噌汁、ちくわ磯辺揚げ、きゅうりとわかめの酢の物、巨峰	お弁当日 	ご飯(胚芽米)、中華スープ(さくらげ)、マーボー豆腐、ほうれん草のナムル、パイン缶	ご飯(胚芽米)、みそ汁(かぶ・あげ)、豚のしゃぶしゃぶ風あえ物、さつま芋の甘煮	ご飯(胚芽米)、みそ汁(じゃが芋・長ねぎ)、あじの香り焼き、切干し大根の旨煮	カレーライス・夏、チーズ(棒)、バナナ
午後	かぼちゃの茶巾、せんべい	あんぱん	果物のヨーグルト和え(ミックス)	ツナチャーハン	牛乳130、ミニアメリカンドッグ	甘辛せんべい
午前	10 塩せんべい、スキムミ	11 鉄強化ビスケット、スキ	12 甘辛せんべい、スキムミ	13 カステラ、スキムミルク	14 ウエハース、スキムミルク	15 鉄強化ビスケット、スキ
昼食	ご飯(胚芽米)、麩のすまし汁(みつば)、回鍋肉、桃のヨーグルト、粉ふき芋	ご飯(胚芽米)、キャロットスープ、鮭のコーンフライ、ひじきときゅうりのサラダ	ご飯(胚芽米)、みそ汁(かぼちゃ・長ねぎ)、おからのつくね煮、なすのごまマヨ	お弁当日 	ご飯(胚芽米)、豆腐みそ汁(あげ)、メルルーサのホイル焼き、スパゲティーのサラダ(マヨネーズ)	ハヤシライス・牛肉、チーズ(棒)、バナナ
午後	みたらし団子	牛乳130、あげぱん(グラニュー糖)	五平餅(落花生)	オレンジムース	牛乳130、マカロニきな粉	甘辛せんべい
午前	17	18 ウエハース、スキムミルク	19 甘辛せんべい、スキムミ	20 カステラ、スキムミルク	21 塩せんべい、スキムミ	22
昼食	敬老の日	ご飯(胚芽米)、みそ汁(なす・玉ねぎ)、わかさぎの天ぷら、さつま芋ときゅうりの酢の物、グレープフルーツ	ご飯(胚芽米)、鶏ささ身の吸い物、厚揚げの五目旨煮、キャベツの胡麻マヨネーズあえ、ブルーベリーヨーグルト	ご飯(胚芽米)、豆腐みそ汁(わかめ)、豚肉のカレーピカタ、大根サラダ	ご飯(胚芽米)、麩のすまし汁(ほうれん草)、えびフライ、なし、野菜炒め(キャベツ・玉ねぎ)	秋分の日
午後		おやつ・スパゲティー	フルーツのゼリーがけ	ドーナツ・豆腐	おにぎり(さけ)、牛乳120	
午前	24 カステラ、スキムミルク	25 鉄強化ビスケット、スキ	26 甘辛せんべい、スキムミ	27 カステラ、スキムミルク	28 塩せんべい、スキムミ	29 甘辛せんべい、スキムミ
昼食	ほうれん草チャーハン、コーンスープ(わかめ)、棒々鶏、粉ふき芋、巨峰	ご飯(胚芽米)、みそ汁(もやし、いわしの塩焼き、肉じゃが、きゅうりのゆかりあえ)	ご飯(胚芽米)、みそ汁(さつま芋・長ねぎ)、擬製豆腐(具たくさん)、小松菜のお浸し、グレープフルーツ	ご飯(胚芽米)、おくらスープ、さばのみそ煮、ピーマンと野菜のソテー	うさぎライス クリームソース、トマトスープ、スパゲティーのサラダ(マヨネーズ)、鶏のから揚げ・ごま風味	あんかけ焼そば、チーズ(棒)、バナナ
午後	パインチーズクラッカー	牛乳130、おやつ・ホットドッグ	おやつ・焼きそば	時雨おにぎり	牛乳130、フルーツゼリー	甘辛せんべい