

					1(木)	2(金)	3(土)
午前					ふかしじゃがいも	バナナ	
昼食					ご飯(七分)、ぶりのみそ焼き、きゅうりとわかめの酢の物、みそ汁(もやし・大根)、ぬか漬、納豆(ごま)、麦茶	雑穀ご飯、里芋と鶏肉の煮物、おくすかけ、納豆(チーズ)、ぬか漬、麦茶	文化の日
午後					おかかチーズおにぎり	マカロニきな粉	
延長					野菜スープ	キノコスープ	
4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	
午前	ふかしじゃがいも	バナナ	ふかしいも	ふかしかぼちゃ	柿	小魚・チーズ	
昼食	ご飯(五分)、野菜の揚げ漬け(れんこん)、鶏のつみれ汁、納豆(梅)、ぬか漬、麦茶	雑穀ごはん、じゃがいもきんぴら、三平汁、納豆(ゆかり)、ぬか漬、麦茶	ご飯(玄米)、ほっけの塩焼き、キャベツのゆかりあえ、なめこ汁、納豆(ささみ)、ぬか漬、麦茶	ご飯(七分)、根菜カレー、わかめスープ、みかん、納豆(チーズ)、ぬか漬、麦茶	ご飯(五分)、さんまと大豆のかりん揚げ、豆苗お浸し、みそ汁、納豆(しらす・青のり)、ぬか漬、麦茶	ご飯(七分)、マーボー丼、白菜スープ、バナナ、麦茶、納豆(ごま)	
午後	さつまいも芋もち	ゆかりおにぎり	味噌おにぎり	きな粉おはぎ	りんごとさつま芋の重ね煮	ふかしじゃがいも	
延長	五目粥	春雨スープ	五目みそ汁	煮込みうどん	豆乳みそ汁		
11(日)	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	
午前	ふかしじゃがいも	ふかしかぼちゃ	りんご	ふかしいも	バナナ	小魚・チーズ	
昼食	はらこめし風ごはん、すまし汁、なし、納豆(ごま)、ぬか漬、麦茶	ご飯(玄米)、さわらの竜田揚げかぶおろし、切干し大根のサラダ、みそ汁(わかめ・玉ねぎ)、納豆(ゆかり、きゅうり)、ぬか漬、麦茶	雑穀ご飯、里芋と鶏肉の煮物、利休汁、納豆(チーズ・ささみ)、ぬか漬、麦茶	ご飯(七分)、かれいの照り焼き、ブロッコリーの梅肉和え、みそ汁(あげ)、納豆(こんにゃく)、ぬか漬、麦茶	ご飯(五分)、ひじきの煮物、おくすかけ、納豆(ネギ)、ぬか漬	ご飯(七分)、ハヤシライス、キャベツの具沢山スープ、ぶどう、ぬか漬、麦茶	
午後	大学かぼちゃ	ぶどうゼリー	大豆肉みそおにぎり	豆腐ドーナツ(チーズ)	さつま芋御飯のおにぎり	マカロニかりんとう	
延長	マカロニスープ	鶏粥	ワカメスープ	野菜スープ	ワカメうどん		
18(日)	19(月)	20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	
午前	りんご	バナナ	ふかしかぼちゃ	ふかしじゃがいも		小魚・チーズ	
昼食	ご飯(玄米)、ぶりのみそ照り焼き、きゅうりとわかめの和え物、みそ汁(もやし・大根)、納豆(ゆかり)、ぬか漬、麦茶	じゃがいもきんぴら、雑穀ご飯、三平汁、ぬか漬、納豆(おかか)、麦茶	ご飯(七分)、根菜カレー、春雨スープ、みかん、ぬか漬、麦茶、納豆(チーズ・青のり)	雑穀ごはん、野菜の揚げ漬け(れんこん)、鶏のつみれ汁、ぬか漬、納豆(ひじき)、麦茶	勤労感謝の日	小松菜と豚肉のあんかけ丼、わかめスープ、バナナ、ぬか漬、納豆(のり)、麦茶	
午後	芋けんぴ	切干しおにぎり	ぶどうゼリー	鮭チーズおにぎり		ごましらすおにぎり	
延長	けんちん汁	キノコスープ	豆乳みそ汁	うーめん汁			
25(日)	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)		
午前	バナナ	ふかしじゃがいも	りんご	ふかしいも	ふかしかぼちゃ		
昼食	きのこご飯、すまし汁、ぶどう、納豆(ネギ)、ぬか漬、麦茶	雑穀ごはん、ほっけの塩焼き、キャベツのゆかりあえ、みそ汁(里芋)、納豆(ささみ)、ぬか漬、麦茶	ご飯(玄米)、さわらの竜田揚げかぶおろし、切干し大根のサラダ、みそ汁(わかめ・玉ねぎ)、納豆(オクラ)、ぬか漬、麦茶	ご飯(七分)、高野豆腐のオランダ煮、呉汁、ぬか漬、納豆(しらす)、麦茶	ご飯(五分)、ひじきの煮物、利休汁、納豆(のり)、ぬか漬、麦茶		
午後	里芋の甘辛和え	じゃこチーズおにぎり	ふかしじゃがいも	のりおにぎり(ゆかり)	ごまおはぎ		
	ワカメスープ	五目みそ汁	きつねうどん	マカロニスープ	野菜スープ		