

	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5								
風食		ごはん 味噌汁 (もやし・わかめ) 筑前煮 大根とコーンのサラダ バナナ	納豆ご飯 すまし汁 (高野豆腐・じゃが芋) アジの塩焼き 花野菜のみそマヨ和え みかんヨーグルト	ナポリタン スープ (ほうれん草・しいたけ) ごまっこりー バナナ	ごはん 味噌汁 (高野豆腐・ねぎ) かれのい蒲焼き さつま芋サラダ オレンジ	ごはん 味噌汁 (小松菜・大根) 豚肉の生姜焼き とろとろ和え パインヨーグルト								
		10時	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい							
		3時	牛乳 ビスケット	牛乳 あんぱん	牛乳 ひじきおにぎり	牛乳 きな粉トースト	牛乳 ビスケット							
	7	8	9	10	11	12								
風食		納豆ご飯 味噌汁 (なす・じゃが芋) 豆腐ステーキ 切干大根のごま和え オレンジ	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・ねぎ) 肉じゃが 白菜の納豆和え ももヨーグルト	ごはん スープ (白菜・わかめ) チキンソテー ｶﾞﾃｲｸﾞ バナナ	ごはん おくずかけ サバの塩焼き みそドレッシングサラダ オレンジ	親子丼 味噌汁 (高野豆腐・人参) キャベツとわかめの和え物 オレンジ								
		10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい							
		3時	牛乳 リッツ・フルーツポンチ	牛乳 ビスケット	牛乳 ココアトースト	牛乳 そうめん	牛乳 ビスケット							
	14	15	16	17	18	19								
風食		ごはん スープ (ほうれん草・人参) 豚肉のみそ炒め もやしのごま和え フルーツゼリー	ごはん 味噌汁 (なす・しめじ) ブリの鰯照焼き 花野菜ホットサラダ オレンジ	ごはん 味噌汁 (納豆・わかめ) マーボー豆腐 かぼちゃサラダ バナナ	ごはん 味噌汁 (高野豆腐・小松菜) 鶏のマーマレード焼き ひじき煮 みかんヨーグルト	夏野菜ドライカレー コーンスープ キャベツとツナのサラダ バナナ								
		10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 おせんべい							
		3時	牛乳 高野豆腐のグラタン風	牛乳 ビスケット	牛乳 ジャムサンド	牛乳 マカロニきな粉	牛乳 カクテルゼリー・食べっこ動物	牛乳 ビスケット						
	21	22	23	24	25	26								
風食		ごはん 味噌汁 (納豆・じゃが芋) サバのみそ煮 野菜炒め オレンジ	中華丼 スープ (もやし・ねぎ) ひじきサラダ バナナ	焼うどん 味噌汁 (じゃが芋・人参) ブロッコリーの海苔和え フルーツゼリー	ごはん 味噌汁 (キャベツ・ねぎ) 豚肉のくわ焼き ねばねばサラダ オレンジ	パン ミネストローネ 高野豆腐のオランダ煮 大根サラダ バナナ								
		10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい	麦茶 ビスケット							
		3時	牛乳 大学かぼちゃ	牛乳 ビスケット	牛乳 とうもろこしのおにぎり	牛乳 スイートポテト	牛乳 夕焼けごはん	牛乳 ビスケット						
	28	29	30	31	<div style="border: 1px dashed black; padding: 5px;"> <p style="text-align: center;">【今月の栄養給与量】</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>エネルギー (kcal)</td> <td style="text-align: right;">943</td> </tr> <tr> <td>たんぱく質 (g)</td> <td style="text-align: right;">17</td> </tr> <tr> <td>脂質 (g)</td> <td style="text-align: right;">14.3</td> </tr> <tr> <td>食塩相当量 (g)</td> <td style="text-align: right;">1.2</td> </tr> </table> </div>		エネルギー (kcal)	943	たんぱく質 (g)	17	脂質 (g)	14.3	食塩相当量 (g)	1.2
エネルギー (kcal)	943													
たんぱく質 (g)	17													
脂質 (g)	14.3													
食塩相当量 (g)	1.2													
風食		ごはん 味噌汁 (油揚げ・絹さや) タラのカレー風味焼 白菜のツナ和え フルーツゼリー	ごはん 味噌汁 (高野豆腐・ねぎ) ハンバーグ もやしの中華和え バナナ	ごはん 味噌汁 (ほうれん草・もやし) さばの大和煮 キャベツとコーンのバター炒め オレンジ	パン チキンミルクポトフ ひじきと切干大根のサラダ バナナ									
		10時	牛乳 ビスケット	麦茶 おせんべい	麦茶 ビスケット	牛乳 おせんべい								
3時	牛乳 じゃが芋のおやき	牛乳 ビスケット	牛乳 にんじんジャムサンド	牛乳 みそ焼きおにぎり	牛乳									

※都合により変更になる場合があります