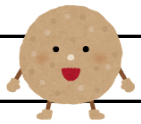
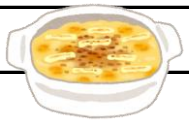
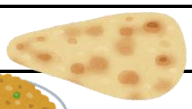
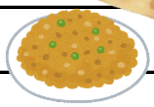
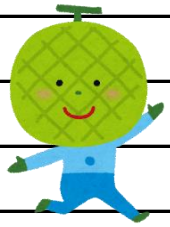
# 6 献立予定表

## 《給食目標》

・食事の前は丁寧に手を洗いましょう

・食器を持って食べましょう

| 日 | 曜 | 献立名 |
|---|---|---|
| 1 | 水 | ササミのレモンソース煮　マカロニサラダ　野菜スープ　牛乳プリン |
| 2 | 木 | ハヤシライス　五色和え　牛乳　オレンジ |
| 3 | 金 | 鶏肉のごまみそ焼き　コールスローサラダ　若竹汁　手作りゼリー |
| 4 | 土 | 根菜入りうどん　バナナ |
| 6 | 月 | ビビンバ　茹で野菜サラダ　きゃべつのみそ汁　オレンジ |
| 7 | 火 | しょうゆラーメン　シュウマイ　大根とツナのサラダ　手作りゼリー |
| 8 | 水 | カリフラワーと挽肉のカレー炒め　ワンタンスープ　フルーツヨーグルト和え |
| 9 | 木 | チキンナゲット　きぬさやと春雨の炒め物　豆腐のみそ汁　バナナ |
| 10 | 金 | 海鮮マリネ　麩のスープ　フルーチェ |
| 11 | 土 | 具だくさんうどん　バナナ |
| 13 | 月 | ササミのパン粉焼き　涼伴三絲　五目スープ　手作りゼリー |
| 14 | 火 | 肉団子　もやしとコーンのサラダ　きのこのみそ汁　オレンジ |
| 15 | 水 | じゃが芋グラタン　かにと豆腐のスープ　プルプルフルーツ |
| 16 | 木 | 赤魚の甘みそ焼き　ひじきの炒め煮　豚汁　バナナ |
| 17 | 金 | ポークチーズフライ　ブロッコリーサラダ　チンゲン菜スープ　ヨーグルト |
| 18 | 土 | わかめ入りうどん　バナナ |
| 20 | 月 | 三色丼　ちくわとツナのサラダ　なすのみそ汁　オレンジ |
| 21 | 火 | 鶏肉とじゃが芋のみそソース和え　かぶ入りスープ　フルーツクリーム和え |
| 22 | 水 | 鱈のチーズ焼き　野菜のごま和え　みそけんちん汁　手作りゼリー |
| 23 | 木 | ドライカレー　海藻サラダ　牛乳　ナン　バナナ |
| 24 | 金 | 酢豚　ふわふわスープ　フルーチェ |
| 25 | 土 | 五目うどん　バナナ |
| 27 | 月 | ちくわの磯辺揚げ　なすとピーマンのみそ炒め　きぬさやのみそ汁　メロン |
| 28 | 火 | **お楽しみ献立**　お誕生日おめでとう！ |
| 29 | 水 | 春巻き　ナムル　麻婆豆腐　手作りゼリー |
| 30 | 木 | ホッケの塩焼き　切り干し大根の炒め物　じゃが芋のみそ汁　オレンジ |