

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
			1 ふかし芋	2 みかん	3 クッキー	4 ヨーグルト (フルーツソース)
昼食		じゃこふりかけ御飯 さばのウメソースかけ 切干大根の旨煮 油揚げのみそ汁 ヨーグルト牛乳	黒コッペパン 豚かつ もやしのサラダ 豆乳スープ ヨーグルト牛乳	三色どんぶり てんぷら シャキシャキサラダ 麩のすまし汁 ヨーグルト牛乳	塩焼きそば ギョーザ 人参のナムル はくさいのスープ 杏仁豆腐 ヨーグルト牛乳	
		7 ビスケット	8 フルーツポンチ	9 りんご	10 パウンドケーキ	11 ヨーグルト(桃缶)
昼食	御飯 ぶりだいこん 小松菜の胡麻和え たぬぎ味噌汁 みかん ヨーグルト牛乳	御飯 豚肉と野菜の大和煮 かぶの甘酢和え なめこのみそ汁 バナナ ヨーグルト牛乳	丸パン スライスチーズ 豆腐ハンバーグ かぼちゃのサラダ マカロニスープ ヨーグルト牛乳	御飯 すき焼き風煮 ビーンズのカレーマヨ和え さつま汁 ヨーグルト牛乳	五目うどん 肉団子のケチャップ煮 ほうれん草のお浸し プリン ヨーグルト牛乳	
		14 バームクーヘン	15 ババロア	16 みかん	17 ヨーグルト(パイン缶)	18 誕生日ケーキ
昼食	散らし寿司 鶏肉の竜田揚げ 白菜の煮びたし すまし汁 りんご ヨーグルト牛乳	御飯 しそふりかけ あじの味噌マヨ焼き ひじきとじゃが芋の炒り煮 豚汁 ヨーグルト牛乳	ナン ドライカレー きのおムレット 大豆のころころサラダ オニオンスープ いちごクレープ ヨーグルト牛乳	御飯 酢豚 パンサンスー ワンタンスープ ヨーグルト牛乳	《四国地方の料理》 こうしめし (高知県) かつおの煮つけ (高知県) おでんぶ (徳島県) ふしめん汁 (徳島県) いもけんぴ (高知県)	
		21 せんべい	22 青りんごゼリー	23 バナナ	24 クリスマスケーキ	25 ヨーグルト(バナナ)
昼食	御飯 納豆 わかさぎのマリネ かぼちゃのそぼろ煮 かき玉汁 ヨーグルト牛乳	梅ごはん いわしの利休揚げ 洋風白和え けんちん汁 ヨーグルト牛乳	食パン ジャム コロッケ 海藻サラダ ビーフシチュー ヨーグルト牛乳	ケチャップライス 照り焼きチキン ポテトサラダ 春雨スープ ヨーグルト牛乳	御飯 牛肉と蓮根の炒め物 にらの彩り和え さつまいものみそ汁 カラフルゼリー ヨーグルト牛乳	