

							1(土)	
午前								
昼食							おかゆ、挽肉と野菜の煮込み、麦茶	
午後							おやつ、お茶	
2(日)	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)		
午前								
昼食	休日	野菜のあんかけ焼きそば、みかんの缶詰わかめスープ	おかゆ、肉じゃが、納豆、すまし汁	おかゆ、野菜煮込み、バナナ、麦茶	おかゆ、かぼちゃのマッシュ、野菜の煮込み、豆腐汁	おかゆ、星のハンバーグ、スパゲッティ、玉ねぎ汁	おかゆ、肉じゃが風煮込み、麦茶	
午後		おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	
9(日)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)		
午前								
昼食	休日	野菜の煮込みパスタ、バナナ付合せ 鶏肉と青梗菜のスープ	おかゆ、ひじき炒め、温野菜（キャベツ）、カブと油揚げのみそ汁	おかゆ、肉じゃが風煮込み、麦茶	おかゆ、鶏肉と野菜煮、すまし汁	おかゆ、麻婆豆腐、さつま芋の甘煮、鶏肉とほうれん草のスープ	おかゆ、野菜の和風煮、麦茶	
午後		蒸しパン、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	
16(日)	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)		
午前								
昼食	休日	休日 (海の日)	おかゆ、野菜の和風煮、すまし汁	おかゆ、野菜とマカロニの和風煮込み、バナナ付合せ、麦茶	おかゆ、牛肉と野菜の煮込み、白菜汁	おかゆ、かぼちゃの甘煮、ごぼうと人参の煮つけ、玉ねぎ汁	おかゆ、牛肉の肉じゃが風、トマト、麦茶	
午後			おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	
23(日)	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)		
午前								
昼食	休日	煮込みうどん、スイカ付合せ、麦茶	おかゆ、野菜の和風煮、スパゲッティ、すまし汁	おかゆ、野菜煮込み、麦茶	おかゆ、八宝菜、枝豆のマッシュ、大根汁	おかゆ、焼き鮭、切干大根のあんかけ、わかめ汁	おかゆ、鶏肉と野菜の煮込み、麦茶	
午後		おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	おやつ、お茶	
30(日)	31(月)							
午前								
昼食	休日	五目そうめん バナナ付合せ	※夏は食欲が落ちるからといって、そうめんやうどんなどの麺類が多くなっていませんか？夏バテ予防の為に、栄養バランスを考えて食べる事が大切な時期です。卵や野菜を加え、たんぱく質やビタミンも一緒に取りましょう。					
午後		おやつ、お茶						