

日付	献立名	材料名	午後食	材料名
1(水)	軟飯 白身魚のあんかけ サラダ 青菜のスープ	(白身魚 かたくり粉) (にんじん きゅうり マヨネーズ) (チンゲンサイ にんじん たまねぎ かぼちゃ)	スープ おにぎり(かつお節)	たまねぎ かぼちゃ
2(木)	ピラフ風 鶏肉の煮物 ボイルブロッコリー ポテトスープ	(豚ミンチ肉 たまねぎ にんじん) (鶏肉 たまねぎ かたくり粉) (ブロッコリー) (じゃがいも はるさめ にんじん こまつな)	お粥	にんじん じゃがいも
7(火)	煮込みうどん 野菜の和え物 果物	(豚肉 卵 にんじん チンゲンサイ 若布 葱) (もやし にんじん キャベツ) (バナナ)	スープ ふかし芋	チンゲンサイ にんじん さつまいも
8(水)	軟飯 炒り鶏 コールスローサラダ 大根の味噌汁	(鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ 生しいたけ グリンピース) (キャベツ にんじん きゅうり マヨネーズ) (大根 豆腐 若布 にんじん 麩 味噌)	おじや	にんじん キャベツ
9(木)	軟飯 煮魚 かぼちゃのそぼろ煮 若布の味噌汁	(白身魚 かたくり粉) (豚ミンチ肉 かぼちゃ たまねぎ にんじん グリンピース) (若布 たまねぎ にんじん 豆腐 こまつな 味噌)	ぞうすい	たまねぎ かぼちゃ
10(金)	えんどうごはん 高野豆腐の卵とじ じゃが芋の煮物 玉葱の味噌汁	(えんどう豆) (鶏肉 卵 高野豆腐 たまねぎ にんじん いんげん 生しいたけ) (じゃがいも にんじん かたくり粉) (たまねぎ にんじん チンゲンサイ 若布 味噌)	スープ おにぎり	じゃがいも にんじん 若布
11(土)	軟飯 豆腐の味噌煮 もやしスープ 果物	(豆腐 豚肉 キャベツ にんじん チンゲンサイ 味噌) (もやし じゃがいも にんじん 若布 麩) (オレンジ)	ぞうすい	にんじん キャベツ
13(月)	混ぜごはん 千草焼 麩の味噌汁	(鶏肉 にんじん) (卵 ちりめんじゃこ 豆腐 にんじん たまねぎ) (若布 麩 チンゲンサイ にんじん)	お粥	チンゲンサイ にんじん
14(火)	軟飯 豚じゃがが煮 ほうれん草の和え物 大根の味噌汁	(豚肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリンピース) (ほうれんそう もやし にんじん) (大根 こまつな 豆腐 麩 味噌)	おじや	大根 こまつな
15(水)	軟飯 鶏肉の煮物 ブロッコリーサラダ かぼちゃのスープ	(鶏肉 たまねぎ かたくり粉) (ブロッコリー キャベツ にんじん) (かぼちゃ 豆腐 たまねぎ にんじん)	お粥	たまねぎ にんじん
16(木)	軟飯 白身魚の味噌煮 キャベツの和え物 そうめん汁	(白身魚 味噌 かたくり粉) (キャベツ もやし にんじん) (そうめん ほうれんそう たまねぎ)	スープ おにぎり	にんじん キャベツ かつお節
17(金)	軟飯 豆腐ハンバーグ サラダ もやしの味噌汁	(豆腐 合挽ミンチ肉 たまねぎ にんじん 卵 かたくり粉) (きゅうり にんじん マヨネーズ) (もやし 大根 こまつな 若布 にんじん 味噌)	おじや	大根 こまつな
18(土)	たまご丼 若布の味噌汁 果物	(卵 たまねぎ にんじん 葱 生しいたけ かたくり粉) (若布 豆腐 大根 にんじん 味噌) (りんご)	お粥	にんじん たまねぎ
20(月)	混ぜごはん ブロッコリーの和え物 すまし汁	(ちりめんじゃこ 高野豆腐 にんじん いんげん 生しいたけ 卵) (ブロッコリー キャベツ にんじん) (麩 たまねぎ 若布 豆腐 じゃがいも)	おじや	じゃがいも にんじん
21(火)	煮込みうどん もやしのサラダ 果物	(牛肉 たまねぎ にんじん 生しいたけ 葱) (もやし きゅうり にんじん) (バナナ)	スープ スティックポテト	にんじん たまねぎ じゃがいも
22(水)	軟飯 じゃがが芋煮 卵サラダ 豆腐の味噌汁	(鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん) (こまつな キャベツ にんじん 卵 マヨネーズ) (豆腐 たまねぎ 大根 にんじん 若布 味噌)	スープ おにぎり	こまつな キャベツ 青のり
23(木)	軟飯 豚肉の煮物 胡瓜の和え物 若布スープ	(豚肉 にんじん キャベツ 生しいたけ 味噌) (きゅうり ほうれんそう もやし) (若布 じゃがいも にんじん たまねぎ)	おじや	じゃがいも にんじん
24(金)	軟飯 白身魚のあんかけ 粉ふき芋 青菜の味噌汁	(白身魚 きゅうり キャベツ にんじん かたくり粉) (じゃがいも 青のり) (こまつな 豆腐 たまねぎ にんじん 若布 味噌)	お粥	にんじん たまねぎ
25(土)	やきめし風 具だくさんスープ 果物	(鶏ミンチ肉 卵 たまねぎ にんじん) (じゃがいも 豆腐 にんじん 若布 こまつな) (オレンジ)	ぞうすい	たまねぎ こまつな
27(月)	あんかけ丼 春雨サラダ 果物	(豚肉 たまねぎ にんじん チンゲンサイ 生しいたけ かたくり粉) (はるさめ きゅうり もやし にんじん) (バナナ)	おじや	にんじん チンゲンサイ
28(火)	軟飯 鶏肉の煮物 ひじきの煮物 かぼちゃの味噌汁	(鶏肉 たまねぎ かたくり粉) (ひじき にんじん もやし いんげん) (かぼちゃ たまねぎ にんじん こまつな 味噌)	スープ おにぎり	たまねぎ にんじん 若布
29(水)	軟飯 豆腐と卵の煮物 ブロッコリーのおかか和え コーンスープ	(鶏肉 鶏ミンチ肉 豆腐 たまねぎ 卵 かたくり粉) (ブロッコリー にんじん かつお節) (クリームコーン缶 たまねぎ チンゲンサイ)	おじや	チンゲンサイ たまねぎ
30(木)	軟飯 煮魚 青菜の味噌和え 卵スープ	(白身魚 かたくり粉) (ほうれんそう きゅうり にんじん 味噌) (卵 大根 にんじん 若布)	お粥	大根 にんじん
31(金)	軟飯 雷豆腐 じゃが芋のサラダ 油揚げの味噌汁	(豆腐 豚ミンチ肉 にんじん たまねぎ 生しいたけ) (じゃがいも にんじん きゅうり) (チンゲンサイ にんじん 麩 若布 味噌)	ぞうすい	じゃがいも チンゲンサイ

\* 味噌汁・すまし汁・スープ・煮物には、昆布と混合削り節、鶏ガラの天然だしを使用しています。

\* 都合により、献立、食品名が異なる事があります。