

日付	献立名	材料名	午後食	材料名
1(月)	七分粥 ことこと煮 人参の煮物	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (にんじん きゅうり)	おじや	チンゲンサイ たまねぎ
2(火)	七分粥 じゃが芋の煮物 豆腐のやわらか煮	(じゃがいも にんじん たまねぎ) (豆腐 にんじん こまつな かたくり粉)	お粥	たまねぎ にんじん
3(水)	七分粥 ことこと煮 ブロッコリーの煮物	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (ブロッコリー キャベツ にんじん)	ぞうすい	じゃがいも こまつな
4(木)	七分粥 煮魚 野菜のくたくた煮	(白身魚 かたくり粉) (こまつな にんじん)	煮込みうどん	こまつな たまねぎ
5(金)	七分粥 野菜の煮物 やわらか煮	(にんじん きゅうり) (たまねぎ にんじん かたくり粉)	ぞうすい	たまねぎ にんじん
6(土)	七分粥 ことこと煮 豆腐の煮物	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (豆腐 じゃがいも チンゲンサイ)	おじや	チンゲンサイ じゃがいも
8(月)	七分粥 じゃが芋の煮物 やわらか煮	(じゃがいも たまねぎ にんじん かたくり粉) (こまつな にんじん キャベツ)	ぞうすい	じゃがいも こまつな
9(火)	七分粥 ことこと煮 豆腐の煮物	(たまねぎ かたくり粉) (豆腐 チンゲンサイ たまねぎ にんじん)	お粥	キャベツ にんじん
10(水)	七分粥 やわらか煮 かぼちゃの煮物	(キャベツ たまねぎ にんじん かたくり粉) (かぼちゃ たまねぎ にんじん 豆腐)	おじや	かぼちゃ たまねぎ
11(木)	七分粥 煮魚 ほうれん草のくたくた煮	(白身魚 かたくり粉) (ほうれんそう にんじん たまねぎ)	お粥	じゃがいも にんじん
12(金)	七分粥 野菜の煮物 ことこと煮	(にんじん じゃがいも かたくり粉) (にんじん たまねぎ チンゲンサイ)	ぞうすい	にんじん たまねぎ
13(土)	七分粥 煮魚 ちんげんさいと豆腐の煮物	(白身魚 かたくり粉) (チンゲンサイ キャベツ にんじん 豆腐)	おじや	じゃがいも にんじん
16(火)	七分粥 ことこと煮 胡瓜のやわらか煮	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (きゅうり にんじん じゃがいも)	お粥	チンゲンサイ たまねぎ
17(水)	七分粥 玉葱とのりんごの煮物 豆腐の煮物	(たまねぎ りんご かたくり粉) (豆腐 かぼちゃ にんじん こまつな)	おじや	キャベツ にんじん
18(木)	七分粥 煮魚 チンゲンサイのくたくた煮	(白身魚 かたくり粉) (チンゲンサイ キャベツ にんじん)	ぞうすい	にんじん じゃがいも
19(金)	七分粥 ことこと煮 胡瓜の煮物	(じゃがいも にんじん たまねぎ) (きゅうり にんじん かたくり粉)	煮込みうどん	こまつな たまねぎ
20(土)	七分粥 じゃが芋の煮物 やわらか煮	(じゃがいも にんじん たまねぎ) (もやし にんじん チンゲンサイ かたくり粉)	おじや	たまねぎ にんじん
22(月)	七分粥 豆腐煮 胡瓜のここと煮	(豆腐 たまねぎ にんじん かたくり粉) (きゅうり にんじん)	お粥	チンゲンサイ たまねぎ
23(火)	七分粥 やわらか煮 かぼちゃの煮物	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (かぼちゃ にんじん たまねぎ)	おじや	こまつな じゃがいも
24(水)	七分粥 くたくた煮 野菜の煮物	(ほうれんそう にんじん たまねぎ かたくり粉) (たまねぎ にんじん じゃがいも)	お粥	ほうれんそう たまねぎ
25(木)	七分粥 煮魚 じゃが芋のここと煮	(白身魚 かたくり粉) (じゃがいも にんじん たまねぎ こまつな)	ぞうすい	じゃがいも こまつな
26(金)	七分粥 やわらか煮 胡瓜の煮物	(じゃがいも たまねぎ にんじん かたくり粉) (きゅうり にんじん)	おじや	チンゲンサイ たまねぎ
27(土)	七分粥 豆腐の煮物 じゃが芋の煮物	(豆腐 たまねぎ にんじん かたくり粉) (じゃがいも にんじん たまねぎ こまつな)	ぞうすい	たまねぎ にんじん
29(月)	七分粥 ことこと煮 人参の煮物	(ほうれんそう たまねぎ にんじん) (にんじん かたくり粉)	お粥	にんじん キャベツ
30(火)	七分粥 かぼちゃの煮物 やわらか煮	(かぼちゃ じゃがいも たまねぎ にんじん かたくり粉) (豆腐 こまつな にんじん)	おじや	じゃがいも こまつな
31(水)	七分粥 野菜の煮物 ことこと煮	(たまねぎ にんじん かたくり粉) (じゃがいも きゅうり にんじん)	ぞうすい	かぼちゃ たまねぎ

\* 煮物には、昆布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。