

日付	献立名	使用材料3色食品表			午前 おやつ	午後食
		赤 (血・肉・骨・歯のもと)	黄 (力や体温のもと)	緑 (からだの調子をととのえる)		
2(月)	軟飯 かき揚げ ブロッコリーのおかか和え 豚汁	大豆水煮 卵 かつお節 豚肉 豆腐 味噌	米 油 小麦粉 砂糖 ジャがいも	たまねぎ にんじん ブロッコリー コーン 大根 葱	牛乳 クラッカー	おじや(たまねぎ にんじん)
3(火)	軟飯 鶏肉の照り焼き ほうれん草のごま和え かぼちゃの味噌汁	鶏肉 厚揚げ 味噌	米 砂糖 ごま	ほうれんそう はくさい にんじん コーン かぼちゃ 葱	牛乳 ソフトせんべい	スープ(にんじん かぼちゃ) スティックパン
4(水)	軟飯 魚のマヨドレ焼き ひじきの煮物 麩のすまし汁	白身魚 味噌 油あげ 大豆水煮	米 砂糖 マヨドレ ごま ジャがいも 麩	ひじき にんじん いんげん ぶなしめじ 若布 たまねぎ こまつな	牛乳 クラッカー	ぞうすい(こまつな たまねぎ)
5(木)	煮込みうどん コールスローサラダ 果物	豚肉	うどん マヨドレ	にんじん チンゲンサイ コーン 若布 葱 キャベツ きゅうり りんご	牛乳 ビスケット	スープ(キャベツ にんじん) おにぎり(若布)
6(金)	混ぜごはん 田舎煮 豆腐のすまし汁	鶏肉 油あげ 豚肉 豆腐	米 砂糖 ジャがいも	生しいたけ グリンピース 大根 にんじん 若布 こまつな はくさい	牛乳 あられ	ぞうすい(にんじん 大根)
7(土)	軟飯 厚揚げのそぼろ煮 さつま芋の味噌汁 果物	厚揚げ 豚ミンチ肉 油あげ 味噌	米 砂糖 かたくり粉 さつまいも	たまねぎ にんじん いんげん 若布 こまつな りんご	牛乳 せんべい	おじや(たまねぎ にんじん)
9(月)	やきめし ポテトサラダ 厚揚げの味噌汁	豚ミンチ肉 厚揚げ 味噌	米 ジャがいも マヨドレ 麩	たまねぎ にんじん ビーマン きゅうり コーン 大根 こまつな 若布	牛乳 クラッカー	おじや(ジャがいも にんじん)
10(火)	軟飯 千草焼 ジャが芋のきんぴら かぶの味噌汁	ちりめんじゃこ 絹ごし豆腐 豚肉 味噌	米 油 砂糖 ジャがいも ごま	にんじん たまねぎ ビーマン グリンピース かぶ かぶ・葉 若布	牛乳 ソフトせんべい	お粥(たまねぎ にんじん)
11(水)	パン チキンカツ サラダ 若布スープ	鶏肉	ロールパン 小麦粉 パン粉 油 ケチャップ 砂糖 ジャがいも	ブロッコリー はくさい にんじん りんご たまねぎ 若布	牛乳 クラッカー	スープ(にんじん ジャがいも) おにぎり(かつお節)
12(木)	軟飯 魚のおろし煮 ほうれん草の白和え 麩のすまし汁	白身魚 絹ごし豆腐 味噌	米 砂糖 ごま 麩	大根 ほうれんそう にんじん 若布 はくさい たまねぎ	牛乳 ビスケット	スープ(はくさい たまねぎ) 人参ケーキ
13(金)	軟飯 豚じゃが煮 和え物 若布の味噌汁	豚肉 油あげ 味噌	米 ジャがいも 砂糖 ごま 麩	たまねぎ にんじん グリンピース ひじき キャベツ 若布 大根 チンゲンサイ	牛乳 あられ	煮込みうどん(大根 チンゲンサイ)
14(土)	軟飯 白身魚の照り焼き じゃが芋の炒め煮 もやしの味噌汁	白身魚 豚ミンチ肉 厚揚げ 味噌	米 砂糖 ジャがいも かたくり粉	にんじん たまねぎ グリンピース もやし チンゲンサイ 若布	牛乳 せんべい	おじや(たまねぎ にんじん)
16(月)	あんかけ丼 ジャが芋の土佐和え 白菜の味噌汁	豚肉 かつお節 厚揚げ 味噌	米 砂糖 かたくり粉 ジャがいも	たまねぎ にんじん チンゲンサイ 生しいたけ はくさい 大根 若布	牛乳 クラッカー	おじや(ジャがいも にんじん)
17(火)	軟飯 鶏肉のごまみそ焼き キャベツと大豆のサラダ 麩のすまし汁	鶏肉 味噌 大豆水煮 豆腐	米 砂糖 ごま 油 麩	キャベツ にんじん きゅうり こまつな たまねぎ 若布	牛乳 ソフトせんべい	スープ(こまつな たまねぎ) スティックトースト
18(水)	軟飯 豚肉とキャベツの煮物 和え物 かきたま汁風	豚肉 味噌 厚揚げ	米 砂糖 ごま ジャがいも かたくり粉	にんじん キャベツ ビーマン 生しいたけ ほうれんそう もやし たまねぎ 若布	牛乳 クラッカー	スープ(ほうれんそう にんじん) アップルポテト
19(木)	軟飯 すき焼き風煮 さつま芋の天ぷら 大根の味噌汁	豚肉 豆腐 味噌	米 砂糖 さつまいも 小麦粉	たまねぎ はくさい にんじん 葱 大根 若布 こまつな	牛乳 ビスケット	スープ(大根 こまつな) おにぎり(きな粉)
20(金)	軟飯 白身魚のあんかけ かぼちゃのそぼろ煮 小松菜の味噌汁	白身魚 鶏ミンチ肉 豆腐 味噌	米 かたくり粉 油 砂糖 麩	たまねぎ にんじん えのき グリンピース かぼちゃ こまつな 若布	牛乳 あられ	煮込みうどん(こまつな にんじん)
21(土)	あんかけ丼 小松菜のごま和え じゃが芋の味噌汁	油あげ 味噌	米 砂糖 かたくり粉 ごま ジャがいも 麩	たまねぎ にんじん 葱 生しいたけ こまつな もやし 若布 はくさい	牛乳 せんべい	ぞうすい(にんじん たまねぎ)
23(月)	チキンライス風 チンゲンサイのスープ 果物	鶏肉 厚揚げ	米 バター かたくり粉	たまねぎ にんじん グリンピース ピューレ チンゲンサイ 若布 りんご	牛乳 クラッカー	飲むヨーグルト ホットケーキ いちご
24(火)	パン ハンバーグ マカロニサラダ キラキラスープ	合い挽ミンチ肉 牛乳	ロールパン 食パン パン粉 マカロニ マヨドレ さつまいも	たまねぎ 赤ビーマン 黄ビーマン グリンピース ピューレ にんじん きゅうり コーン チンゲンサイ	牛乳 ソフトせんべい	お粥(たまねぎ にんじん)
25(水)	軟飯 大根の煮物 春雨サラダ 豆腐の味噌汁	鶏肉 豆腐 味噌	米 砂糖 はるさめ ごま	大根 にんじん いんげん きゅうり もやし はくさい チンゲンサイ 若布	牛乳 クラッカー	おじや(ジャがいも にんじん)
26(木)	軟飯 白身魚のパン粉焼き サラダ 青菜の味噌汁	白身魚 豆腐 味噌	米 パン粉 油 マヨドレ 麩	ブロッコリー キャベツ にんじん コーン こまつな たまねぎ 若布	牛乳 ビスケット	おじや(こまつな たまねぎ)
27(金)	煮込みうどん ツナサラダ 果物	牛肉 油あげ ツナ缶	うどん 油 小麦粉 ごま 砂糖	たまねぎ にんじん 生しいたけ 葱 キャベツ もやし りんご	牛乳 あられ	ぞうすい(たまねぎ にんじん)

* 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。