

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料	3時おやつ
1 15 29 土	チキンカレーライス みそドレッシングサラダ	米、じゃがいも、油、三温糖	チャーベット、鶏むね肉、脱脂粉乳、ハム、米みそ(淡色辛みそ)	たまねぎ、もやし、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、グリーンピース	カレールウ、酢、食塩	牛乳100 チーズ(棒) 麦茶 ウエハース りんごシャーベット
3 月	わかめごはん みそ汁(豚肉・なす) 飛竜頭 さつまいもの白和え	米、さつまいも、三温糖、小麦粉、片栗粉、植物油(揚げ吸油分)、押麦、やまといも、油	木綿豆腐、絹ごし豆腐、卵、えび、豚肉(ばら)、牛乳、脱脂粉乳、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、すりごま、ごま	なす、にんじん、しめじ、もやし、万能ねぎ、みつば、グリーンピース、ひじき	煮干だし汁、本みりん、しょうゆ、食塩	牛乳100 小魚せんべい 麦茶 カステラ
4 18 火	ロールパン ・コーンと冬瓜のミルクスープ チリコンカーン サラダ菜	ロールパン、米、油	牛乳、牛ひき肉、だいたいず水煮缶詰、ベーコン、しらす干し	とうがん、たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶、サラダ菜、パセリ、にんにく	鳥がらだし汁、ケチャップ、ハヤシルウ、トマトソース、食塩、パプリカ粉、こしょう	牛乳100 バナナ 麦茶 じゃこわかめおにぎり
5 19 水	麦ごはん ・わかめスープ ぎせい豆腐 はるさめサラダ	米、はるさめ、マヨネーズ、押麦、砂糖、三温糖、白玉麩、油	牛乳、木綿豆腐、卵、鶏ひき肉、ハム、ホイップクリーム	日本かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、塩蔵わかめ、グリーンピース、干しいたけ	煮干だし汁、昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 ビスケット 牛乳 南瓜のミルクきんとん
6 20 木	麦ごはん ・きのこ豆乳のコーンスープ 魚のチーズピカタ ラタトゥユ	米、干しうどん、押麦、小麦粉、砂糖、オリーブ油、油	牛乳、かじき、調製豆乳、卵、油揚げ、粉チーズ	たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、トマト、はくさい、トマト缶詰、なす、ズッキーニ、しめじ、えのきたけ、ピーマン、ねぎ、にんにく	かつお・昆布だし汁、鳥がらだし汁、しょうゆ、みりん、食塩、ワイン(白)、コンソメ、こしょう	牛乳100 梨 牛乳 きつねうどん
7 21 金	麦ごはん ・切干だいこんのみそ汁 肉じゃが じゃこの和風サラダ	米、じゃがいも、小麦粉、しらたき、押麦、三温糖、油、片栗粉、砂糖、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、しらす干し、無塩バター、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、油揚げ、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、赤ピーマン、なす、コーン缶、いんげん、万能ねぎ、切り干しだいこん	煮干だし汁、しょうゆ、酢、みりん、食塩	牛乳100 パイン(缶) 牛乳 型抜きクッキー
8 22 土	ジャージャー麺 ・オレンジサラダ	干し中華めん、くず粉、黒砂糖、三温糖、油、片栗粉、ごま油	牛乳、豚ひき肉、鶏ささ身、赤みそ、脱脂粉乳、きな粉	きゅうり、たまねぎ、キャベツ、にんじん、みかん缶、ピーマン、しょうが、干しいたけ	酢、しょうゆ、酒、食塩、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳100 ウエハース 牛乳 黒糖入りくず餅
10 月	麦ごはん 清汁(豆腐・わかめ) 魚南蛮 ひじきの煮付	米、押麦、三温糖、マヨネーズ、植物油(揚げ吸油分)、小麦粉、油	調製豆乳、ヨーグルト(無糖)、さけ、木綿豆腐、卵、油揚げ、かつお節、いわし(煮干し)	みかん缶、もも缶、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、塩蔵わかめ、ひじき、干しいたけ、パセリ	かつお・昆布だし汁、煮干だし汁、しょうゆ、酢、本みりん、酒、食塩	牛乳100 バナナ 豆乳 フルーツヨーグルト
11 25 火	きのこごはん ・鶏肉のつみれ汁 切干大根と油揚げの卵とじ	食パン、米、じゃがいも、片栗粉、三温糖、パン粉、油	鶏ひき肉、卵、豚ひき肉、鶏もも肉(皮付き)、いわし(煮干し)、油揚げ、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、脱脂粉乳	たまねぎ、にんじん、とうがん、しめじ、しいたけ、にら、切り干しだいこん、万能ねぎ、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、酒、カレールウ、ケチャップ、本みりん、食塩	牛乳100 もも缶 麦茶 カレーサンド
12 26 水	麦ごはん ・豆腐の中華スープ 麻婆なす もやしのごま和え	米、スパゲティ、押麦、油、三温糖、片栗粉、オリーブ油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、ちくわ、米みそ(赤色辛みそ)、すりごま、チーズ	なす、にんじん、もやし、チンゲンサイ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、ねぎ、きゅうり、ピーマン、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、ケチャップ、ワイン(白)、食塩、中華スープ	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 トマトスパゲティ
13 27 木	麦ごはん ・かまぼことえのきの清汁 さばのごま味噌焼き かぼちゃとさつまいものサラダ	米、さつまいも、三温糖、押麦、マヨネーズ、油	牛乳、さば、かまぼこ、すりごま、かつお節、米みそ(淡色辛みそ)	にんじん、えのきたけ、かぼちゃ、きゅうり、コーン缶、レモン果汁、塩蔵わかめ、かんてん(粉)	かつお・昆布だし汁、ワイン(白)、しょうゆ、みりん、食塩	牛乳100 オレンジ 牛乳 にんじんゼリー
14 28 金	ロールパン ・ミネストローネスープ クロquette サラダ菜	ロールパン、じゃがいも、米、パン粉、植物油(揚げ吸油分)、小麦粉、油	卵、豚ひき肉、牛ひき肉、ベーコン	にんじん、たまねぎ、ホールトマト缶詰、キャベツ、はくさい、トマト、だいこん、マッシュルーム缶、サラダ菜、グリーンピース	鳥がらだし汁、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩、みりん、こしょう	牛乳100 ウエハース 麦茶 雑炊

※都合により献立を変更する場合があります。

※完了期食の主食は、押麦なしの白米になります。

※18日の3時おやつは誕生会ケーキに変更します。