

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	ちらし寿司	米、砂糖、三温糖、油、焼ふ	調製豆乳、牛乳、さけ、卵、えび、生クリーム、米みそ(淡色辛みそ)、ゼラチン、かつお節	ミニトマト、ブロッコリー、こまつな、コーン缶、しいたけ、いちご、にんじん、しょうが	かつおだし汁、酢、酒、みりん、しょうゆ、食塩	牛乳100 小魚せんべい
15	こまつなの清汁					豆乳
29	鮭のみそ照り焼き					おからマフィン
金	ミニトマト					
2	かき玉にゆうめん	さつまいも、干しとうめん、米、砂糖	牛乳、卵、ちくわ、さけ水煮缶詰、いわし(煮干し)、ごま	たまねぎ、にんじん、万能ねぎ	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、食塩	牛乳100 ビスケット
16	さつま芋の甘煮					牛乳
30						鮭ごまおにぎり
土						
4	麦ごはん	米、押麦、はるさめ、三温糖、片栗粉、ごま油、油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ(赤色辛みそ)、ごま、かつお節	にんじん、葉ねぎ、チンゲンサイ、コーン缶、えのきたけ、ひじき、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、みりん、中華スープ、食塩	牛乳100 オレンジ
18	・はるさめスープ					牛乳
月	麻婆豆腐					ひじきおにぎり(ふりかけ)
5	麦ごはん	米、小麦粉、じゃがいも、押麦、三温糖、片栗粉	牛乳、かじき、鶏もも肉、卵、無塩バター、粉チーズ	たまねぎ、かぶ、ブロッコリー、にんじん、サラダ菜	鳥がらだし汁、ワイン(白)、食塩、コンソメ、カレー粉、こしょう	牛乳100 いちご
19	・カレースープ					牛乳
火	魚のチーズピカタ					型抜きクッキー
6	わかめごはん	米、小麦粉、片栗粉、砂糖、押麦、植物油(揚げ吸油分)	木綿豆腐、卵、牛乳、脱脂粉乳、ちくわ、油揚げ、鶏ひき肉、チーズ、バター、かつお節	にんじん、たまねぎ、にら、切り干しだいこん、塩蔵わかめ、グリーンピース(冷凍)	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩、こしょう	牛乳100 りんご
20	・清汁(豆腐・わかめ)					麦茶
水	稲穂揚げ					チーズ蒸しパン
	切干し大根の旨煮					
7	☆お別れバイキング☆	じゃがいも、小麦粉、米、パン粉、植物油(揚げ吸油分)、黒砂糖、オリーブ油、はるさめ、油、三温糖	鶏もも肉、牛乳、鶏ささ身、ピザ用チーズ、豚ひき肉、ヨーグルト、バター、牛ひき肉、ベーコン、粉チーズ、きな粉	玉ねぎ、ブロッコリー、ミニトマト、みかん、きゅうり、人参、クリームコーン、レモン、コーン缶、ピーマン、コーン、グリーンピース、生姜にんにく、寒天	鳥がらだし汁、ケチャップ、中濃ソース、食塩、しょうゆ、酒、コンソメ、パセリ粉、カレー粉、こしょう	牛乳100 ウェハース
木						麦茶
						黒糖ゼリー
8	麦ごはん	米、片栗粉、押麦、油、三温糖	牛乳、鶏もも肉、調製豆乳、ハム、粉チーズ、バター	たまねぎ、グリーンアスパラガス、かぼちゃ、コーン缶、キャベツ、エリンギ、にんじん、しょうが、かんてん(粉)	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、食塩、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳 チーズ
22	・コンソメスープ					牛乳
金	鶏のから揚げ					かぼちゃ羹
	アスパラとエリンギの炒め物					
9	ブルコギ丼	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、三温糖、白玉麩、油、ごま油	牛乳、豚肉(ばら)、卵、ツナ水煮缶、赤みそ、すりごま	はくさい、たまねぎ、にんじん、赤ピーマン、にら、塩蔵わかめ、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、本みりん、酒、食塩、パセリ粉	牛乳100 もも缶
23	・わかめスープ					牛乳
土						ツナパン
11	バターロール	ロールパン、じゃがいも、干しうどん、オリーブ油、油、砂糖、三温糖	牛乳、牛肉、油揚げ、ハム、米みそ(淡色辛みそ)、バター	にんじん、たまねぎ、キャベツ、はくさい、ブロッコリー、きゅうり、ねぎ、トマトピューレ	かつお・昆布だし汁、ハヤシロウ、しょうゆ、酢、みりん、食塩	牛乳100 オレンジ
25	・ビーフシチュー					牛乳
月	みそドレッシングサラダ					きつねうどん
12	肉納豆ごはん	コッペパン、米、じゃがいも、板こんにゃく、さといも、マヨネーズ、押麦、植物油(揚げ吸油分)、砂糖、三温糖	さつま揚げ、はんぺん、うずら卵、挽きわり納豆、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、きな粉	にんじん、だいこん、ひじき、レモン果汁	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酢、本みりん、みりん、食塩	牛乳100 パインアップル(缶)
26	・おでん					麦茶
火	ひじきのサラダ					揚げパン(きなこ)
13	麦ごはん	米、小麦粉、片栗粉、押麦、植物油(揚げ吸油分)、油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、卵、かに水煮缶、鶏むね肉、かまぼこ、米みそ、麦みそ、いわし(煮干し)、脱脂粉乳、かつお節	はくさい、たまねぎ、しめじ、にんじん、グリーンアスパラガス、ほうれんそう、万能ねぎ、しょうが、干しいたけ、にんにく	かつお・昆布だし汁、煮干だし汁、ケチャップ、しょうゆ、酒、食塩、鳥がらだし汁	牛乳 りんご
27	・かにスープ					牛乳
水	鶏肉のチリソース					みそすいとん
14	麦ごはん	さつまいも、米、じゃがいも、押麦、マカロニ、マヨネーズ、三温糖	牛乳、豚肉(ヒレ)、調製豆乳、卵、ハム、脱脂粉乳、チーズ、バター	たまねぎ、キャベツ、にんじん、コーン缶、きゅうり、パセリ	鳥がらだし汁、ケチャップ、酒、ウスターソース、食塩、コンソメ、こしょう	牛乳100 バナナ
28	・キャベツとコーンの豆乳スープ					牛乳
木	ポークチャップ					スイートポテト
	マカロニサラダ					

※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。

※1日の3時おやつはいちごババロアと麦茶に変更します。 11日のお昼はバターロールをバターライスに変更します。

19日の3時おやつは誕生日ケーキに変更します。