

日 ／ 曜	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)				10時おやつ 3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	
1 15 29 木	エビピラフ コンソメスープ じゃこサラダ	米、小麦粉、三温糖、油	牛乳、卵、しばえび、バター、ウインナー、しらす干し	たまねぎ、にんじん、キャベツ、チンゲンサイ、コーン缶、きゅうり	酢、コンソメ、食塩、パセリ粉、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 ココアケーキ
2 16 30 金	麦ごはん クリームコーンのかき玉スープ 魚のマリネ こまつなとひじきの和え物	米、砂糖、油、植物油(揚げ吸油分)、押麦、片栗粉、小麦粉、ごま油、三温糖	調製豆乳、メルルーサ、牛乳、卵、すりごま、いわし(煮干し)	小松菜、人参、玉ねぎ、クリームコーン缶、きゅうり、パイン缶、赤ピーマン、みかん缶、もも缶、バナナ、もも缶、レモン、コーン缶、こんぶ、ひじき、パチ、寒天	かつお・昆布だし汁、煮干だし汁、酢、しょうゆ、ワイン(白)、食塩、本みりん、パセリ粉、こしょう、シナモン	牛乳100 ウエハース 豆乳 杏仁豆腐
3 17 31 土	ツナチャーハン 春雨スープ	米、食パン、グラニュー糖、はるさめ、ごま油	牛乳、ツナ油漬缶、卵、きな粉、バター	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ、コーン缶、えのきたけ、ねぎ、塩蔵わかめ	鳥がらだし汁、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳100 もも缶 牛乳 きなこトースト
5 19 月	ゆかりごはん かぼちゃのみそ汁 ひじき入り卵焼き サラダ菜	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、押麦、三温糖、油	牛乳、卵、ツナ水煮缶、油揚げ、米みそ(甘みそ)、麦みそ、脱脂粉乳、いわし(煮干し)	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、サラダ菜、葉ねぎ、ひじき	煮干だし汁、しょうゆ、パセリ粉	牛乳100 ビスケット 牛乳 ツナパン
6 20 火	麦ごはん にら卵スープ 麻婆豆腐	米、押麦、片栗粉、三温糖、油、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、卵、米みそ(赤色辛みそ)	とうもろこし、にんじん、葉ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、にら、にんにく、しょうが	しょうゆ、<<酒>>、中華スープ、中華だしの素、食塩	牛乳100 小魚せんべい 牛乳 ゆでとうもろこし クラッカー
7 21 水	カレーライス はるさめサラダ(ハム) すいか	米、じゃがいも、三温糖、押麦、はるさめ、黒砂糖、油、上新粉、ごま油	調製豆乳、鶏もも肉(皮付き)、ハム、脱脂粉乳、きな粉	すいか、キャベツ、にんじん、たまねぎ、きゅうり、ピーマン、かんてん(粉)	カレールーウ、酢、しょうゆ、食塩	牛乳100 バナナ 麦茶 きな粉よせ
8 22 木	バターロール 豆乳スープ なすのミートソース煮 きゅうりと大根のカレーマリネ	ロールパン、米、じゃがいも、油、パン粉、三温糖、砂糖	牛乳、豆乳、牛ひき肉、ベーコン、米みそ(淡色辛みそ)、ごま	玉ねぎ、かぼちゃ、なす、大根、きゅうり、トマト、にんじん、ピーマン、赤ピーマン、マッシュルーム、トマトジュース缶、レモン果汁	みりん、コンソメ、食塩、ウスターソース、しょうゆ、カレー粉、こしょう	牛乳100 パイン缶 牛乳 みそ焼きおにぎり
9 23 金	麦ごはん 夏野菜のスープ チキンカツ りんごとキャベツのフレンチサラダ	米、パン粉、小麦粉、押麦、油、三温糖	シャーベット、鶏もも肉(皮付き)、卵、ベーコン	キャベツ、たまねぎ、りんご、にんじん、きゅうり、とうがんと、オクラ、干しぶどう	鳥がらだし汁、酢、食塩、こしょう	牛乳100 チーズ(棒) 麦茶 りんごシャーベット ウエハース
10 24 土	冷しゃぶサラダうどん 豆腐のくずあんスープ	干しうどん、米、三温糖、片栗粉	牛乳、絹ごし豆腐、豚肉(こま)、さけ水煮缶詰、チーズ	トマト、きゅうり、ほうれんそう、にんじん、コーン缶、レタス	鳥がらだし汁、しょうゆ、酢、みりん、食塩、こしょう	牛乳100 パイン缶 牛乳 鮭とチーズのおにぎり
26 月	麦ごはん 清汁(豆腐・玉ねぎ) 魚の香味焼き もやしのごま和え	食パン、米、押麦、三温糖、ごま油、パン粉、油	牛乳、さけ、木綿豆腐、豚ひき肉、ちくわ、いわし(煮干し)、すりごま	たまねぎ、もやし、にんじん、きゅうり、万能ねぎ、塩蔵わかめ、しょうが、にんにく	煮干だし汁、しょうゆ、本みりん、ケチャップ、カレールーウ、<<酒>>、食塩	牛乳100 オレンジ 牛乳 カレーサンド
13 27 火	麦ごはん ズッキーニのスープ 牛肉と大豆のメキシコ風 サラダ菜	米、押麦、オリーブ油	牛乳、牛肉(肩ロース)、だいず水煮缶詰、豚ひき肉、ごま	たまねぎ、にんじん、ズッキーニ、ピーマン、サラダ菜、にんにく	ケチャップ、ワイン(赤)、ワイン(白)、コンソメ、食塩、パプリカ粉、カレー粉、こしょう	牛乳100 バナナ 牛乳 ゆかりごまおにぎり
14 28 水	かぼちゃごはん 豆腐みそ汁(なめこ) 豚肉の生姜焼き	米、スパゲティ、油	牛乳、豚肉(もも)、木綿豆腐、鶏もも肉(皮付き)、米みそ(淡色辛みそ)、麦みそ、いわし(煮干し)、しらす干し	にんじん、かぼちゃ、なめこ、しめじ、もやし、たまねぎ、えのきたけ、こまつな、しょうが、にんにく	煮干だし汁、<<酒>>、しょうゆ、本みりん、食塩、こしょう	牛乳100 ビスケット 牛乳 和風スパゲティ

※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。

※27日の昼食の麦ごはんはバターライスに、3時おやつは誕生会ケーキに変更します。お盆期間中13～17日は一部材料が変更することがあります。