

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	
2 月	麦ごはん ・ かき玉汁 16 鮭のチャンチャン焼き	米、ホットケーキ粉、 押麦、植物油(揚げ 吸油分)、片栗粉、 三温糖、粉糖	牛乳、さけ、絹ごし 豆腐、卵、鶏もも肉 (皮付き)、米みそ (淡色辛みそ)、麦 みそ、バター	たまねぎ、もやし、 にんじん、ほうれん そう、キャベツ、えの きたけ、ねぎ、しい たけ	鳥がらだし汁、酒、 本みりん、しょうゆ、 食塩	牛乳100 バイン缶 牛乳 豆腐ドーナツ
3 月	ロールパン ・ 野菜スープ 17 豆腐とチーズの卵焼き 火 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	豆乳、木綿豆腐、 卵、チーズ、ごま	たまねぎ、にんじ ん、だいこん、キャ ベツ、きゅうり、セロ リー、レモン果汁、 パセリ	鳥がらだし汁、ケ チャップ、しょうゆ、 食塩、カレー粉、こ しょう	牛乳100 ウェハース 豆乳 ごまわかめおにぎり
4 月	麦ごはん みかん ・ わかめスープ 18 鶏肉のチリソース 水 レタス	米、小麦粉、押麦、 片栗粉、三温糖、植 物油(揚げ吸油 分)、ごま油、油	鶏もも肉(皮付き)、 木綿豆腐、卵、牛 乳、脱脂粉乳、ハ ム、バター、卵(黄)、 ごま	みかん、たまねぎ、 しめじ、にんじん、グ リーンアスパラガス、 えのきたけ、レタス、 コーン缶、塩蔵わか め、しょうが、にんに く	鳥がらだし汁、ケ チャップ、しょうゆ、 酒、食塩	牛乳100 パナナ 麦茶 ハムとコーンのマフィン
5 月	麦ごはん ・ みそ汁(なめこ・豆腐) 19 肉じゃが(豚肉) 木 じゃこサラダ	米、じゃがいも、スパ ゲティ、しらたき、押 麦、油、砂糖、オ リーブ油、三温糖	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、木綿豆腐、ウ インナー、しらす干 し、米みそ(淡色辛 みそ)、麦みそ、い わし(煮干し)	にんじん、たまね ぎ、きゅうり、なめこ、 キャベツ、こまつな、 マッシュルーム、 ピーマン、いんげん わし(煮干し)	煮干だし汁、ケ チャップ、しょうゆ、 酢、ウスターソース、 みりん、食塩、こしょ う	牛乳100 りんご 牛乳 ナポリタン
6 月	わかめごはん ・ けんちん汁 20 高野豆腐の八目煮 金 バナナ	米、さといも、板こ んにゃく、三温糖、押 麦、油	牛乳、調製豆乳、 卵、鶏もも肉(皮付 き)、えび、木綿豆 腐、凍り豆腐、いわ し(煮干し)、麦みそ	バナナ、にんじん、 たまねぎ、かぼ ちゃ、ごぼう、万能 ねぎ、グリーンピース、 干しいたけ、かん てん(粉)	煮干だし汁、かつお だし汁、しょうゆ、 酒、本みりん、食塩	牛乳100 みかん 牛乳 かぼちゃ羹
7 月	カレーライス ・ オレンジサラダ 21 土	米、食パン、じゃが いも、油、三温糖	牛乳、豚肉(肩ロー ス)、鶏ささ身、ピザ 用チーズ、ベーコン	たまねぎ、キャベ ツ、きゅうり、にんじ ん、みかん缶、コー ン缶、ピーマン	カレールウ、ケ チャップ、酢、食 塩、こしょう、酒	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 ピザトースト
9 月	麦ごはん ・ キャベツとコーンのミルクスープ 23 さばの天火焼き 月	米、小麦粉、押麦、 砂糖、油	牛乳、さば、卵、 チーズ、粉チーズ、 バター	たまねぎ、キャベ ツ、トマト、にんじ ん、コーン缶、パセ リ、にんにく	鳥がらだし汁、ワイ ン(白)、ケチャッ プ、食塩、コンソメ、 こしょう	牛乳100 バイン缶 麦茶 チーズ蒸しパン
10 月	☆お楽しみメニュー☆	食パン、米、油、砂 糖、パン粉、片栗 粉、植物油(揚げ吸 油分)、三温糖	鶏もも肉、豚ひき 肉、牛ひき肉、ベー コン、ツナ油漬缶、 バター、牛乳、スラ イスチーズ	たまねぎ、にんじん、オレンジ 果汁50%飲料、プロコ ラー、みかん缶、だいこん、 きゅうり、ミニトマト、いちご ジャム、コーン缶、パセリ、 かんてん(粉)、しょうが、に んにく	鳥がらだし汁、ケ チャップ、ウスター ソース、ハヤシル ウ、しょうゆ、酢、食 塩、酒、ナツメグ、パ セリ粉、こしょう	牛乳100 小魚せんべい 麦茶 オレンジゼリー
11 月	麦ごはん ・ 白菜とえのきのスープ 25 麻婆豆腐 水 春雨サラダ	米、小麦粉、三温 糖、押麦、はるさ め、片栗粉、油、ご ま油、砂糖	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、卵、バ ター、米みそ(赤色 辛みそ)	にんじん、もやし、 はくさい、きゅうり、 えのきたけ、葉ね ぎ、みかん缶、干し ぶどう、にんにく、 しょうが	鳥がらだし汁、しょう ゆ、酒、酢、食塩、 中華スープ	牛乳100 ウェハース 牛乳 レーズンスティック
12 月	麦ごはん ・ さつま芋と蓮根の豆乳みそ汁 26 魚の吹き寄せ揚げ 木 サラダ菜	ゆでうどん、米、さつ まいも、さといも、片 栗粉、押麦、油、ご ま油	牛乳、自身魚すり 身、豆乳、豚肉(も も)、油揚げ、卵、米 みそ(淡色辛み そ)、麦みそ、いわし (煮干し)	れんこん、たまね ぎ、キャベツ、にんじ ん、たけのこ、サラ ダ菜、グリーンピース、 万能ねぎ、干しい たけ、あおのり	煮干だし汁、ウス ターソース、食塩	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 焼きうどん
13 月	きのこごはん ・ おでん 27 納豆和え 金	米、じゃがいも、板こ んにゃく、三温糖	牛乳、うずら卵、さ つま揚げ、はんぺ ん、卵、鶏もも肉(皮 付き)、挽きわり納 豆、かつお節	だいこん、にんじ ん、キャベツ、はくさ い、ほうれんそう、も やし、しめじ、しい たけ	かつお・昆布だし 汁、しょうゆ、酒、本 みりん、食塩、みり ん	牛乳100 りんご 牛乳 雑炊
14 月	スパゲティ・ミートソース ・ みそドレッシングサラダ 28 土	スパゲティ、米、さつ まいも、油、パン粉、 三温糖	牛乳、豚ひき肉、牛 ひき肉、ツナ油漬 缶、米みそ(淡色辛 みそ)、粉チーズ、 黒ごま	たまねぎ、もやし、 キャベツ、にんじ ん、トマトピューレ、 きゅうり、ピーマン、 コーン缶	ケチャップ、酢、ウス ターソース、酒、食 塩、コンソメ、ガー リックパウダー、こ しょう	牛乳100 ビスケット 牛乳 さつまいもおにぎり
24 火	麦ごはん チキンクリームシチュー カリフラワーとブロッコリーのサラダ りんご	じゃがいも、米、小 麦粉、マヨネーズ、 押麦、砂糖、油、三 温糖	鶏もも肉(皮付き)、 卵、脱脂粉乳、バ ター、ハム、ホイップ クリーム、すりごま	たまねぎ、りんご、に んじん、プロコ ラー、カリフラワー、 パイン缶、コーン 缶、みかん缶、グ リンピース	鳥がらだし汁、食 塩、しょうゆ、こしょ う	牛乳100 小魚せんべい 麦茶 パイナップルケーキ

※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。

※17日の昼食のロールパンはバターライスに変更になります。