

日 ノ 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 月	サンドイッチ(ハム&チーズ) キャベツとコーンのミルクスープ 牛肉と大豆のメキシコ風 サラダ菜	食パン、ホットケーキ粉、マヨネーズ、オリーブ油、三温糖	牛乳、だいたい水煮缶詰、牛肉(肩ロース)、ベーコン、ハム、バター、スライスチーズ、脱脂粉乳、さくらえび、かつお節	にんじん、たまねぎ、キャベツ、ピーマン、コーン缶、サラダ菜、パセリ、にんにく、あおのり	鳥がらだし汁、かつおだし汁、ワイン(赤)、ケチャップ、ウスターソース、食塩、パプリカ粉、カレー粉、こしょう	牛乳 チーズ(棒) 牛乳 桜えびのお好み焼き
2 16 30 火	チキンカレーライス マカロニサラダ バナナ	米、じゃがいも、食パン、マカロニ、マヨネーズ、押麦、グラニュー糖、油	鶏もも肉、かにかまぼこ、脱脂粉乳、きな粉、バター	バナナ、たまねぎ、にんじん、きゅうり、コーン缶、グリーンピース	カレールウ、食塩	牛乳100 オレンジ 麦茶 きなこトースト
3 17 31 水	ちらし寿司 こまつなの清汁 さばの竜田揚げ みかん	米、砂糖、油、片栗粉、三温糖、焼ふ	牛乳、さば、生クリーム、卵、えび、かつお節	みかん、いちご、ブロッコリー、こまつな、コーン缶、しいたけ、にんじん、かんでん(粉)、しょうが	かつおだし汁、酢、しょうゆ、酒、食塩	牛乳100 小魚せんべい 牛乳 いちごババロア
4 18 木	麦ごはん かにスープ 酢豚 春雨炒め	米、小麦粉、黒砂糖、油、片栗粉、はるさめ、じゃがいも、押麦、三温糖、植物油(揚げ吸油分)、ごま油	豚肉(ヒレ)、卵、牛ひき肉、かに水煮缶、鶏もも肉、コンデンスミルク、かつお節	たまねぎ、にんじん、キャベツ、ほうれんそう、ピーマン、万能ねぎ、しょうが、干しいたけ	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、ケチャップ、酢、酒、食塩	牛乳 りんご 麦茶 マーラカオ
5 19 金	麦ごはん 野菜スープ(豚肉入り) メルルーサのムニエル トマト	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、押麦、小麦粉、マヨネーズ、油、三温糖	メルルーサ、つぶしあん(砂糖添加)、牛乳、豚肉(ばら)、卵、ホイップクリーム、バター、脱脂粉乳、ゆであずき缶	トマト、キャベツ、たまねぎ、にんじん、バナナ、もも缶、セロリー、パセリ	鳥がらだし汁、ワイン(白)、しょうゆ、食塩、こしょう	牛乳100 いちご 麦茶 小倉蒸しパン
6 土	ちゃんぽん麺 さつま芋の甘煮	干し中華めん、さつまいも、米、砂糖、三温糖、片栗粉、ごま油	牛乳、豚肉(こま)、えび、油揚げ、ごま	キャベツ、もやし、たまねぎ、にんじん、干しいたけ	しょうゆ、中華だしの素、食塩、こしょう	牛乳100 もも缶 牛乳 きつねおにぎり
8 22 月	麦ごはん わかめスープ 麻婆豆腐 きゅうりとホタテのサラダ	米、くず粉、黒砂糖、押麦、マヨネーズ、ごま油、片栗粉、三温糖、油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ほたて貝柱水煮缶、脱脂粉乳、きな粉、米みそ(赤色辛みそ)	トマト、にんじん、きゅうり、えのきたけ、葉ねぎ、塩蔵わかめ、コーン缶、万能ねぎ、にんにく、しょうが	鳥がらだし汁、しょうゆ、酒、中華スープ、食塩	牛乳100 パインアップル(缶) 牛乳 黒糖入りくず餅
9 23 火	ケチャップライス コンソメスープ 鶏のから揚げ ゆでブロッコリー	食パン、米、三温糖、片栗粉、油、パン粉、植物油(揚げ吸油分)	牛乳、鶏もも肉、豚ひき肉、牛ひき肉、ヨーグルト(無糖)、えび、ホイップクリーム、バター、クリームチーズ	玉ねぎ、トマト、ブロッコリー、人参、チンゲン菜、もも、バナナ、コーン、みかん、ブルーベリー、苺ジャム、レモン、グリーンピース、生姜、寒天	鳥がらだし汁、ケチャップ、しょうゆ、ワイン(白)、ウスターソース、酒、食塩、コンソメ、ナツメグ、ガーリックパウダー、こしょう	牛乳100 ウエハース 牛乳 にんじんゼリー
10 24 水	肉納豆ごはん おでん ひじきのサラダ	米、板こんにゃく、じゃがいも、さといも、押麦、マヨネーズ、砂糖、三温糖	牛乳、さつま揚げ、挽きわり納豆、鶏もも肉、鶏ひき肉、はんぺん、ツナ油漬缶、うずら卵水煮缶	だいこん、にんじん、バナナ、もも缶、みかん缶、パイン缶、ひじき、レモン果汁、かんでん煮缶	かつお・昆布だし汁、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、酢、みりん、本みりん、食塩	牛乳100 チーズ(棒) 牛乳 フルーツポンチ
11 25 木	バターロール チキンスープ かじきのチーズピカタ 粉ふきいも	ロールパン、じゃがいも、干しうどん、さといも、小麦粉	牛乳、かじき、卵、鶏もも肉(皮付き)、鶏もも肉、粉チーズ	キャベツ、たまねぎ、にんじん、だいこん、ねぎ、パセリ、あおのり	鳥がらだし汁、かつおだし汁、しょうゆ、みりん、食塩、ワイン(白)、こしょう	牛乳100 バナナ 牛乳 けんちんうどん
12 26 金	かおりごはん さつまいものみそ汁 ひじき入り卵焼き きんぴら	米、ホットケーキ粉、さつまいも、植物油(揚げ吸油分)、押麦、三温糖、油、粉糖	卵、絹ごし豆腐、油揚げ、豚肉(ばら)、米みそ(甘みそ)、脱脂粉乳、いわし(煮干し)、麦みそ、すりごま、かつお節	にんじん、ごぼう、たまねぎ、こまつな、ピーマン、ひじき	煮干だし汁、かつおだし汁、しょうゆ、本みりん	牛乳100 もも缶 麦茶 豆腐ドーナツ
13 27 土	プルコギ丼 にら卵スープ	米、ホットケーキ粉、マヨネーズ、三温糖、油、ごま油	牛乳、豚肉(ばら)、卵、ツナ水煮缶、赤みそ、すりごま	にんじん、たまねぎ、赤ピーマン、えのきたけ、にら、にんにく、しょうが	しょうゆ、本みりん、酒、中華だしの素、食塩、パセリ粉	牛乳100 ビスケット 牛乳 ツナパン

※都合により献立を変更する場合があります。

※16日の午後おやつは誕生日ケーキに変更になります。

※太字は薔薇組のリクエストメニューです。 ※23日の午後おやつは「麦茶」と「鮭とチーズのおにぎり」になります。

※完了期食の主食は、押麦なしの白米になります。