

※都合により献立変更する場合があります。

日にち	昼食	おやつ	日にち	昼食	おやつ
1(金)	赤飯(軟飯)(ささげ、もち米、黒ごま) 清汁(絹さや、豆腐、麩) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) 紅白なます(大根、人参) はっさく	いちご蒸しパン (小麦粉、抹茶、牛乳 いちごジャム、食紅 ベーキングパウダー)	16(土)	ペペロンチーノ風スパゲティ(スパゲティ ベーコン、しめじ、玉葱、キャベツ、にんにく) サラダ(水菜、トマト、胡瓜)エッグケア バナナ	いも餅 (じゃが芋、片栗粉)
2(土)	わかめうどん(うどん、鶏肉、わかめ、葱、人参 ほうれん草) ブロッコリーのおかか和え(ブロッコリー、鰹節) バナナ	葱みそ軟飯 (葱、みそ)	18(月)	ミルクパン スープ(しめじ、キャベツ、人参) スパニッシュおやき(ウインナー、じゃが芋 QBBチーズ、トマト、玉葱、ケチャップ) かぶのサラダ(かぶ、胡瓜、人参、ツナ)フレンチ グレープフルーツ	舞茸の炊き込み軟飯 (舞茸、人参、ごぼう 万能葱)
4(月)	和風スパゲティ(スパゲティ、豚挽肉、えのき 椎茸、玉葱、ほうれん草、刻みのり) 切干大根の梅だれサラダ(切干大根、油揚げ 胡瓜、梅干し) グレープフルーツ	フルーツボンチ (パン、みかん 黄桃、りんご、バナナ)	19(火)	みそ炒め丼(軟飯)(豚肉、玉葱、人参、キャベツ ピーマン、赤パプリカ、しめじ、にんにく、生姜 みそ) わかめスープ(わかめ、ニラ、えのき) 磯和え(チンゲン菜、もやし、人参、油揚げ、青のり) バナナ	カルピスゼリー (カルピス、みかん パン、ゼラチン)
5(火)	軟飯 みそ汁(小松菜、ごぼう、大根) 魚の野菜あんかけ(カレイ、ブロッコリー、人参 玉葱、絹さや、生姜、片栗粉) 白菜のごま酢和え(白菜、人参、もやし、白ごま 焼豚) バナナ	チーズ蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー とろけるチーズ)	20(水)	軟飯 みそ汁(大根、椎茸、小松菜) カジキのあずま煮(カジキ、生姜、白ごま) 豆サラダ(レタス、胡瓜、人参、ミックスビーンズ)和風 バナナ	マカロニナポリ (マカロニ、ハム、玉葱 人参、ピーマン ケチャップ マッシュルーム トマトピューレ)
6(水)	ごまパン スープ(豆苗、えのき、じゃが芋) チリ・コン・カーン(豚挽肉、金時豆、玉葱、人参 ケチャップ、トマトピューレ、白ワイン、ローリエ) コールスローサラダ(キャベツ、胡瓜、人参)フレンチ バナナ	鶏しそ軟飯 (鶏肉、大葉、白ごま 塩昆布、押麦)	21(木)	焼きうどん(うどん、豚肉、キャベツ、もやし ニラ、人参、玉葱、中濃ソース) マゼドアンサラダ(さつまいも、人参、胡瓜、レーズン) エッグケア オレンジ	米粉マフィン (上新粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー ブルーベリージャム アプリコットジャム ヨーグルト)
7(木)	アスパラブリラフ(軟飯)(鶏肉、アスパラ、セロリ、玉葱 黄パプリカ、バター) スープ(水菜、人参、エリンギ) 春雨サラダ(レタス、人参、胡瓜、春雨)和風 バナナ	ヨーグルト フレーバーケーキ (小麦粉、バター、卵 ヨーグルト ベーキングパウダー)	22(金)	軟飯 みそ汁(白菜、なめこ、もやし) 炒り鶏(鶏肉、人参、椎茸、絹さや、れんこん、ごぼう 大根) キャベツのお浸し(キャベツ、人参) バナナ	和風ピザトースト (食パン、葱 豚挽肉、刻みのり とろけるチーズ)
8(金)	軟飯 スープ(チンゲン菜、筍、きくらげ) 豚肉のにんにくみそ焼き(豚ロース肉、にんにく みそ) 根菜サラダ(大根、ごぼう、れんこん、人参) エッグケア オレンジ	汁ピーフン (ピーフン、鶏肉、玉葱 人参、もやし、干し椎茸 生姜)	23(土)	食パン ハム添え(ハム、エッグケア) スープ(玉葱、ブロッコリー、舞茸) バターソーテー(ほうれん草、人参、コーン、バター) バナナ	きのこチャーハン(軟飯) (鶏挽肉、しめじ、えのき なると、にんにく、生姜 ごま油)
9(土)	焼豚とコーンのチャーハン(軟飯)(焼豚、コーン キャベツ、人参、にんにく、生姜、ごま油) スープ(ニラ、椎茸、玉葱) もやしサラダ(もやし、人参、胡瓜、油揚げ)和風 バナナ	パンケーキ (小麦粉、牛乳、卵 ベーキングパウダー メーブルシロップ)	25(月)	軟飯 みそ汁(ごぼう、厚揚げ、玉葱) れんこん入りつくね(鶏挽肉、人参、椎茸、れんこん 葱、ひじき) おろし和え(白菜、小松菜、人参、大根) バナナ	カラメルバナナマフィン (小麦粉、バター、牛乳 卵、グラニュー糖 バナナ ベーキングパウダー)
11(月)	野菜うどん(うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ、玉葱 もやし、鶏ガラ、にんにく、生姜、りんご、干し椎茸) チーズ風味温野菜(じゃが芋、かぶ、人参、カリフラワー ブロッコリー、クリームチーズ)エッグケア グレープフルーツ	なめ茸軟飯 (たくあん、なめ茸)	26(火)	ロールパン ツナ添え(ツナ、エッグケア) スープ(玉葱、黄パプリカ、人参) グリーンサラダ(レタス、胡瓜、アスパラ ブロッコリー)フレンチ オレンジ	いなり軟飯 (油揚げ、鶏肉、干し椎茸 人参、れんこん たくあん)
12(火)	ガーリックチャーハン(軟飯) (ツナ、舞茸、しめじ、万能葱、にんにく) スープ(人参、エリンギ、南瓜) トマトの塩昆布和え(キャベツ、トマト、胡瓜、塩昆布) はっさく	ココア豆乳プリン (ゼラチン、豆乳、ココア)	27(水)	カレーライス(軟飯)(豚肉、じゃが芋、人参、しめじ 玉葱、生姜、にんにく、小麦粉、バター カレールー、ケチャップ、牛乳) ブロッコリーの中華風サラダ (キャベツ、人参、ブロッコリー、葱、生姜) バナナ	ヨーグルト せんべい
13(水)	軟飯 みそ汁(れんこん、なめこ、葱) 豚子キ(豚ロース肉、玉葱、片栗粉、ウスターソース 中濃ソース) 白菜の浅漬(白菜、胡瓜、人参、生姜) バナナ	焼きナゲット (鶏挽肉、木綿豆腐、玉葱 にんにく、生姜、片栗粉)	28(木)	鶏塩うどん(うどん、鶏肉、白菜、えのき、大根、人参 葱、鶏ガラ) 金時豆の煮物(金時豆) グレープフルーツ	ベーコンポテトマフィン (小麦粉、ベーコン じゃが芋、玉葱、牛乳 バター、卵 ベーキングパウダー)
14(木)	紅茶パン 豆乳スープ(ほうれん草、玉葱、アスパラ、豆乳) チキンのカチャトラ風(鶏肉、南瓜、玉葱、人参、ピーマン にんにく、ケチャップ、ホールトマト) キャベツのカレーマリネ(キャベツ、胡瓜、カレー粉)フレンチ オレンジ	肉ごぼううどん (うどん、豚肉、葱、人参 ごぼう、椎茸、みそ)	30(土)	あんかけ丼(軟飯)(鶏肉、高野豆腐、人参、椎茸 チンゲン菜、片栗粉) みそ汁(ほうれん草、玉葱、ちくわ) 甘酢サラダ(大根、人参、胡瓜) バナナ	パインのホイールケーキ (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー パイン)
15(金)	グリーンピース軟飯(グリーンピース) スープ(えのき、かまぼこ、切干大根) 鯖の西京焼き(鯖、西京みそ) 煮浸し(小松菜、もやし、人参、厚揚げ) バナナ	あんこトースト (食パン、小豆、黒ごま ごま油)			