

※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(月)	軟飯 みそ汁(玉葱、小松菜) 野菜炒め(豚ロース肉、オクラ、人参、QBBチーズ) かみかみめかぶサラダ(めかぶ、大根、胡瓜、人参 たくあん) オレンジ	南瓜のスコーン (小麦粉、卵、牛乳、バター 南瓜 ベーキングパウダー カッテージチーズ メープルシロップ)	18(木)	チャーハン(軟飯)(鶏肉、なると、葱、人参 ピーマン、にんにく、生姜、ごま油) スープ(豆苗、トマト、春雨) みそ和え(大根、人参、胡瓜、みそ) バナナ	チーズケーキ風トースト (食パン、クリームチーズ メープルシロップ)
2(火)	スパゲティイタリアンソースがけ (スパゲティ、鶏肉、ピーマン、玉葱、しめじ、白ワイン 生クリーム、トマトピューレ、トマトホール、ケチャップ、小麦粉 バター) ホットサラダ(じゃが芋、人参、ブロッコリー、カリフラワー にんにく) バナナ	ひじきの混ぜ軟飯 (豚挽肉、ひじき、葱 ちくわ、生姜)	19(金)	軟飯 みそ汁(かぶ、かぶの葉、人参) カジキのみりん焼き(カジキ) 納豆オクラサラダ(挽き割り納豆、オクラ、レタス 人参)和風 オレンジ	とうもろこし軟飯 (とうもろこし)
3(水)	軟飯 スープ(大根、えのき、水菜) 鮭のバター醤油焼き(鮭、バター) ごまドレサラダ(キャベツ、胡瓜、トマト、白ごま) エッグケア バナナ	フルーツポンチ (パイナップル、みかん、りんご 黄桃、メロン グラニュー糖)	20(土)	鶏肉とほうれん草のスパゲティ (スパゲティ、鶏肉、ほうれん草、玉葱、しめじ にんにく、バター) 南瓜焼き(南瓜、エッグケア、牛乳、粉チーズ とろけるチーズ、ドライバセリ) バナナ	鮭と大葉の軟飯 (甘塩鮭、大葉)
4(木)	豚丼(軟飯)(豚肉、人参、ごぼう、玉葱、ほうれん草 にんにく) みそ汁(冬瓜、油揚げ、豆苗) 浅漬け(キャベツ、胡瓜、人参、生姜) グレープフルーツ	焼きビーフン (ビーフン、鶏肉、人参 もやし、ピーマン 干し椎茸)	22(月)	ロールパン ツナ添え(ツナ、エッグケア) 豆乳スープ(しめじ、ブロッコリー、南瓜、豆乳) マリネ(キャベツ、胡瓜、人参)フレンチ バナナ	シェパードパイ (じゃが芋、牛乳、バター オリーブ油、玉葱 豚挽肉、小麦粉、 ワイン、ケチャップ)
5(金)	ごまロールパン スープ(クリームコーン、椎茸、葱) チキンカツ風(鶏肉、片栗粉、エッグケア、にんにく パン粉、白ごま) フレンチサラダ(レタス、胡瓜、人参) オレンジ	お好み焼き風軟飯 (キャベツ、ハム、人参 青のり お好みソース)	23(火)	軟飯 和風スープ(もやし、ニラ、エリンギ) 鶏肉のおろし煮(鶏肉、大根、生姜) 酢の物(キャベツ、ハム、わかめ、春雨) グレープフルーツ	豆乳寒天 (豆乳、寒天、みかん)
6(土)	冷やしつねうどん(うどん、ささみ、油揚げ、葱 人参、胡瓜) 南瓜サラダ(南瓜、胡瓜、ちくわ)エッグケア バナナ	チーズおじや (とろけるチーズ)	24(水)	豚肉の梅醤油漬け丼(軟飯) (豚ロース肉、梅干し、キャベツ、刻みのり) みそ汁(油揚げ、葱、人参) 南蛮漬け(大根、胡瓜、ごま油) バナナ	ごまだれマカロニ (マカロニ、白ごま 片栗粉)
8(月)	タコライス(軟飯)(豚挽肉、玉葱、レタス、トマト にんにく、粉チーズ、中濃ソース、ケチャップ カレー粉) スープ(白菜、舞茸、きくらげ) 水菜と貝柱のサラダ(切干大根、水菜、貝柱、胡瓜) エッグケア バナナ	レモンゼリー (ゼラチン、レモン汁)	25(木)	冷やし鶏だしうどん(うどん、鶏肉、人参、葱、胡瓜 鶏ガラ) さつま芋の甘煮(さつま芋) オレンジ	小松菜チャーハン(軟飯) (小松菜、焼豚 葱、にんにく 生姜、ごま油)
9(火)	軟飯 みそ汁(キャベツ、南瓜、人参) 鱈のごま照焼き(鱈、白ごま、片栗粉) なめ茸和え(小松菜、人参、もやし、なめ茸) グレープフルーツ	コントースト (食パン、ベーコン、コーン エッグケア)	26(金)	軟飯 みそ汁(ちくわ、玉葱、わかめ) カジキのチリソース風(カジキ、葱、ケチャップ にんにく、生姜、片栗粉) 塩麹ナムル(小松菜、もやし、コーン、塩麹、ごま油) バナナ	ウィークエンドシトロン (小麦粉、卵、バター 牛乳 ベーキングパウダー レモン、粉糖)
10(水)	青のり軟飯(青のり) なめこスープ(なめこ、コーン、豆腐) 鶏肉の葱塩だれがけ(鶏肉、葱、ごま油、レモン汁) ハムサラダ(キャベツ、胡瓜、ハム、人参)エッグケア バナナ	マフィン (小麦粉、バター、卵 牛乳 ベーキングパウダー)	27(土)	ケチャップライス(軟飯)(ウインナー、玉葱、人参 グリーンピース、ケチャップ、バター) スープ(ブロッコリー、黄パプリカ) 人参とりんごのサラダ(レタス、人参、りんご レーズン)フレンチ バナナ	あんこトースト (食パン、小豆、ごま油)
12(金)	焼きうどん(うどん、豚肉、玉葱、人参、キャベツ もやし、ニラ、焼きそばソース、中濃ソース) 豆サラダ(レタス、胡瓜、コーン、ミックスビーンズ) 和風 オレンジ	おから焼きナゲット (鶏挽肉、おから 木綿豆腐 玉葱、にんにく、生姜 片栗粉)	29(月)	きのこのカレー(軟飯)(豚挽肉、玉葱、人参 じゃが芋、椎茸、舞茸、エリンギ、しめじ、にんにく 生姜、カレールー、小麦粉、ケチャップ バター、牛乳) コーンのコールスロー (キャベツ、胡瓜、人参、コーン)エッグケア グレープフルーツ	塩昆布おじや (塩昆布)
13(土)	ベーコンピラフ(軟飯)(ベーコン、玉葱、人参 マッシュルーム、バター) スープ(きくらげ、春雨、もやし) パインサラダ(キャベツ、胡瓜、パイン)フレンチ バナナ	抹茶のマーブルケーキ (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー 抹茶)	30(火)	軟飯 みそ汁(白菜、玉葱、茄子) 鶏肉のおかか焼き(鶏肉、鰹節、エッグケア) 白和え(小松菜、人参、ひじき、木綿豆腐) バナナ	クリームスパゲティ (スパゲティ、ツナ、玉葱 ブロッコリー、人参 小麦粉、牛乳、バター)
15(月)	ちゃんぽん風うどん(うどん、鶏肉、人参、キャベツ 玉葱、かまぼこ、椎茸、もやし、きくらげ、牛乳 鶏ガラ) スイートポテトサラダ(さつま芋、胡瓜、人参 レーズン)エッグケア バナナ	深川めし(軟飯) (あさり、人参、生姜 万能葱)	31(水)	チーズパン スープ(赤パプリカ、キャベツ、アスパラ) 豚肉のミラノ風(豚ロース肉、パン粉、小麦粉、卵 粉チーズ、ドライバセリ、ケチャップ) ズッキーニのサラダ(レタス、ズッキーニ、人参) フレンチ バナナ	チヂミ (小麦粉、玉葱、ニラ 葱、にんにく、生姜 ごま油、片栗粉)
16(火)	軟飯 清汁(花麩、オクラ、えのき) 豚肉の生姜焼き(豚ロース肉、玉葱、生姜 白ワイン) 切干大根の煮物 (切干大根、人参、椎茸、さつま揚げ) バナナ	オレンジの ヨーグルト蒸しパン (オレンジジュース、卵 ヨーグルト、牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー)			
17(水)	ミルクパン スープ(エリンギ、小松菜、コーン) 茄子のミートグラタン(マカロニ、豚挽肉、茄子、玉葱 人参、にんにく、ケチャップ、トマトピューレ、牛乳 小麦粉、バター、粉チーズ) キャベツのさっぱりサラダ(キャベツ、胡瓜、ツナ) グレープフルーツ	ハイナンチキンライス (軟飯) (鶏肉、葱、にんにく、生姜 レタス)			