

※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(木)	軟飯 スープ(なめこ、葱、わかめ) 鰯の西京焼き風(鰯、みそ) キャベツの和風サラダ(キャベツ、人参、ひじき、ちくわ)和風 オレンジ	雑炊 (鶏肉、葱、人参、大根、椎茸)	15(木)	しめじうどん(うどん、鶏肉、葱、人参、ほうれん草、しめじ、えのき、椎茸) れんこんサラダ(れんこん、レタス、人参、胡瓜)和風 グレープフルーツ	ヨーグルト せんべい
2(金)	うどん(うどん、豚肉、人参、キャベツ、葱、もやし、コーン、鶏ガラ、にんにく、生姜、りんご、玉葱、干し椎茸) 南瓜のいとこ煮(南瓜、小豆) グレープフルーツ	紅茶のパウンドケーキ (小麦粉、バター、卵、牛乳、紅茶、ベーキングパウダー)	16(金)	ゆかり軟飯(ゆかり) みそ汁(ごぼう、人参、ちくわ) ホイル焼き(カジキ、しめじ、コーン、牛乳、エッグケア) ささみの酢サラダ(大根、人参、胡瓜、ささみ、白ごま) オレンジ	フォー麺 (鶏肉、水菜、人参、黄パプリカ、フォー)
3(土)	茄子そうめん(そうめん、茄子、鶏挽肉、万能葱、にんにく、ごま油) かぶとツナのサラダ(かぶ、かぶの葉、人参、ツナ) エッグケア バナナ	おじや (豚ロース肉)	17(土)	あんかけ軟飯(豚肉、白菜、人参、葱、にんにく、生姜、片栗粉) スープ(玉葱、ニラ) ナムル(ほうれん草、コーン、人参、ごま油) バナナ	バナナブラウニー (小麦粉、ココア、卵、牛乳、ベーキングパウダー、バニラエッセンス、バナナ)
5(月)	ミルクパン きのこのスープ(しめじ、エリンギ、椎茸、ほうれん草) 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、片栗粉) みかんサラダ(キャベツ、胡瓜、みかん)フレンチ バナナ	そばろ軟飯 (切干大根、挽き割り納豆、青のり)	20(火)	軟飯 みそ汁(じゃが芋、白菜、人参) 鶏肉の照り焼き(鶏肉、生姜、片栗粉) 煮浸し(小松菜、人参、えのき、油揚げ) グレープフルーツ	青のリースト (食パン、青のり、エッグケア)
6(火)	軟飯 みそ汁(舞茸、玉葱、キャベツ) 鶏肉と大根の煮物(鶏肉、大根、いんげん) 磯和え(もやし、人参、チンゲン菜、油揚げ、青のり) バナナ	きな粉マフィン (きな粉、卵、牛乳、小麦粉、バター、ベーキングパウダー)	21(水)	ガバオ風ライス(軟飯)(豚挽肉、玉葱、赤パプリカ、黄パプリカ、ピーマン、バジル、にんにく、オイスターソース、中濃ソース) スープ(切干大根、玉葱、さつまいも) オクラサラダ(オクラ、レタス、胡瓜、人参、ごま油)和風 オレンジ	黒ごま豆乳プリン (豆乳、ゼラチン、黒練りごま、バニラエッセンス)
7(水)	ツナカレー軟飯(ツナ、玉葱、ピーマン、人参、バター、カレー粉、ケチャップ) スープ(水菜、きくらげ) ブロッコリーのサラダ(キャベツ、人参、ブロッコリー) エッグケア オレンジ	和風ピザ (食パン、豚挽肉、葱、刻みのり、とろけるチーズ)	22(木)	和風きのこスパゲティ(スパゲティ、鶏肉、玉葱、人参、椎茸、しめじ、えのき) パプリカサラダ(キャベツ、赤パプリカ、黄パプリカ、胡瓜)フレンチ バナナ	ツナピラフ(軟飯) (ツナ、人参、ブロッコリー、バター)
8(木)	冷やしうどん(うどん、ささみ、葱、人参、胡瓜) 白菜の塩昆布和え(白菜、胡瓜、人参、塩昆布) グレープフルーツ	ベーコン入り軟飯 (ベーコン、かぶの葉)	26(月)	麻婆うどん(うどん、豚挽肉、木綿豆腐、人参、葱、にんにく、生姜、みそ、ごま油、片栗粉) トマトのサラダ(キャベツ、トマト、胡瓜)和風 グレープフルーツ	みそバター軟飯 (コーン、みそ、バター)
9(金)	軟飯 みそ汁(油揚げ、豆苗、えのき) カジキの竜田焼き(カジキ、生姜、片栗粉) 豆腐サラダ(木綿豆腐、レタス、わかめ、胡瓜、ごま油)和風 バナナ	キャロットゼリー (オレンジジュース、人参、みかん、ゼラチン)	27(火)	軟飯 清汁(かまぼこ、絹さや、えのき) カレイの煮付け(カレイ、生姜) なます(大根、人参) オレンジ	鬼まんじゅう (さつまいも、牛乳、小麦粉、ベーキングパウダー)
10(土)	ハヤシライス(軟飯)(鶏肉、玉葱、人参、しめじ、じゃが芋、ハヤシルウ) ベーコンサラダ(レタス、胡瓜、ベーコン、コーン) フレンチ バナナ	お月見もち (さつまいも、片栗粉、水飴、黒ごま)	28(水)	焼豚チャーハン(軟飯)(焼豚、レタス、なると、赤パプリカ、にんにく、生姜) スープ(チンゲン菜、トマト、コーン) ひじきサラダ(キャベツ、人参、胡瓜、油揚げ、ひじき)エッグケア バナナ	鶏にゅうめん (そうめん、鶏肉、小松菜、玉葱、人参)
12(月)	鶏肉のごまだれ丼(軟飯)(鶏肉、キャベツ、白ごま) みそ汁(豆腐、葱、わかめ) お浸し(白菜、小松菜、人参、鰹節) バナナ	マカロニ小豆 (マカロニ、小豆)	29(木)	軟飯 みそ汁(茄子、油揚げ、大根) れんこん入りつくね(鶏挽肉、れんこん、葱、椎茸、人参、筍、卵、生姜、片栗粉) 小松菜のごま酢和え(小松菜、もやし、人参、黒ごま) グレープフルーツ	カルピスポンチ (梨、バナナ、みかん、黄桃、パイン、カルピス)
13(火)	黒糖パン スープ(じゃが芋、アスパラ、トマト) ポークケチャップ (豚ロース肉、ケチャップ、中濃ソース) チーズサラダ(キャベツ、人参、胡瓜、QBBチーズ、粉チーズ)エッグケア オレンジ	のり軟飯 (胡瓜、かんぴょう、桜でんぶ、焼きのり)	30(金)	食パン スープ(南瓜、エリンギ、小松菜) ささみのソテー(ささみ、バター) カリフラワーサラダ(カリフラワー、レタス、人参、胡瓜、コーン)フレンチ バナナ	きのこの炊き込み軟飯 (椎茸、えのき、エリンギ、にんにく)
14(水)	軟飯 スープ(春雨、チンゲン菜、もやし) 挽肉みそ風味焼き(豚挽肉、黒ごま、生姜、パン粉、牛乳、卵、みそ) めかぶ和え(かぶ、かぶの葉、めかぶ) バナナ	おからと豆腐の ふんわり焼き (おから、豆腐、片栗粉、エッグケア、玉葱、人参、万能葱、ごま油)			