

※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
2(月)	軟飯 みそ汁(ひじき、人参) 豚肉のおかか焼き(豚ロース肉、鰹節、エッグケア) 豆腐サラダ (木綿豆腐、レタス、胡瓜、わかめ、ごま油)和風 オレンジ	りんごのパウンドケーキ (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー りんご)	19(木)	きのこ入りカレーライス(軟飯) (豚肉、じゃが芋、人参 玉葱、しめじ、えのき、エリンギ、にんにく、生姜 小麦粉、バター カレールウ、ケチャップ、牛乳) 海藻サラダ(大根、胡瓜、糸寒天、わかめ)和風 グレープフルーツ	ヨーグルトゼリー (ヨーグルト、豆乳 グラニュー糖、ゼラチン レモン汁、みかん缶)
3(火)	軟飯 スープ(黄パプリカ、えのき) 鶏肉とチンゲン菜のクリーム煮(鶏肉、チンゲン菜 コーン、白菜、玉葱、小麦粉、バター、牛乳) キャベツとブロッコリーのサラダ (キャベツ、ブロッコリー、人参)フレンチ バナナ	深川めし(軟飯) (あさり、人参、万能葱 生姜)	20(金)	軟飯 みそ汁(舞茸、万能葱) 筑前煮(鶏肉、人参、ごぼう、れんこん、絹さや) ゆかり和え(キャベツ、胡瓜、ゆかり) バナナ	みたらしまカロニ (マカロニ、片栗粉)
4(水)	ゆかり軟飯(ゆかり) みそ汁(南瓜、葱) カジキの塩焼き(カジキ) チンゲン菜の煮浸し (チンゲン菜、人参、しめじ、厚揚げ) オレンジ	蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー)	21(土)	ボンゴレスパゲティ (スパゲティ、ベーコン、あさり、玉葱、しめじ 万能葱、白ワイン) ポテトサラダ(じゃが芋、胡瓜、人参)エッグケア バナナ	そぼろ軟飯 (鶏挽肉、生姜)
5(木)	トマトスパゲティ (スパゲティ、鶏肉、玉葱、しめじ、小松菜、トマト にんにく、ホールトマト、オリーブ油) マセドアンサラダ(さつま芋、人参、胡瓜)エッグケア グレープフルーツ	ニラ雑炊 (ニラ)	23(月)	ふりかけ軟飯 (鰹節、青のり、白ごま) スープ(もやし、ニラ) 鶏肉と大根の煮物(鶏肉、大根、生姜) めかぶ和え(かぶ、かぶの葉、人参、めかぶ) バナナ	ツナおやき (玉葱、ツナ、コーン じゃが芋、ケチャップ)
6(金)	れんこんチャーハン(軟飯) (豚挽肉、れんこん、ごぼう、人参、葱、生姜 にんにく、ごま油) スープ(エリンギ、ほうれん草) キャベツと貝柱のサラダ(キャベツ、貝柱、人参)和風 バナナ	フォー麺 (鶏肉、水菜、黄パプリカ 人参、フォー)	24(火)	焼きうどん(うどん、豚肉、もやし、キャベツ、人参 ピーマン、玉葱、焼きそばソース、中濃ソース) 粉ふき芋(じゃが芋、青のり) オレンジ	塩昆布軟飯 (塩昆布、鰹節)
7(土)	きのこにゅうめん (そうめん、鶏肉、人参、ほうれん草、葱、しめじ えのき、椎茸) かぶの酢の物(かぶ、かぶの葉、わかめ) バナナ	みそおじや (みそ、白ごま)	25(水)	軟飯 スープ(水菜、椎茸) ブリの照焼き(ブリ、片栗粉) 切干大根のごまみそ和え (切干大根、胡瓜、人参、白ごま、みそ) グレープフルーツ	バナナブラウニー (小麦粉、ココア、卵 牛乳、バナナ ベーキングパウダー バニラエッセンス)
10(火)	軟飯 みそ汁(油揚げ、小松菜) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) 白菜と胡瓜の塩昆布和え(白菜、胡瓜、塩昆布) グレープフルーツ	塩にゅうめん (そうめん、豚肉、人参 万能葱、ごま油)	26(木)	豚肉の葱塩だれかけ丼(軟飯) (豚ロース肉、葱、レモン汁、ごま油、片栗粉) みそ汁(玉葱、わかめ) 三色サラダ(もやし、コーン、人参)和風 バナナ	鮭と小松菜のスパゲティ (スパゲティ、鮭、小松菜 しめじ、えのき、玉葱 にんにく)
11(水)	豚肉の生姜焼き丼(軟飯) (豚ロース肉、キャベツ、生姜、白ワイン、玉葱) 清汁(かまぼこ、絹さや) ツナと切干大根のさっぱりサラダ(ツナ、切干大根 人参、胡瓜、レモン汁)和風 オレンジ	黒糖蒸しカステラ (小麦粉、卵、黒糖 ベーキングパウダー バター、牛乳、レーズン)	27(金)	軟飯 スープ(大根、コーン) タンドリチキン(鶏肉、玉葱、にんにく、ヨーグルト カレー粉、ケチャップ、白ワイン) コールスロー(キャベツ、胡瓜、人参)エッグケア グレープフルーツ	中華赤飯 (もち米、焼豚 干し椎茸、にんにく 葱、ごま油)
12(木)	軟飯 みそ汁(かぶ、人参) つくね (鶏挽肉、葱、玉葱、ひじき、卵、片栗粉、生姜) 梅おかか和え (キャベツ、胡瓜、しめじ、鰹節、梅干し) バナナ	ベーコン軟飯 (ベーコン、ドライパセリ)	28(土)	シンガポールライス(軟飯) (鶏肉、葱、にんにく、生姜) スープ(貝柱、チンゲン菜) ブロッコリーとトマトのサラダ (ブロッコリー、トマト)和風 バナナ	卵蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー)
13(金)	うどん(うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ 玉葱、豆もやし、鶏ガラ、にんにく、生姜 りんご、干し椎茸) 金時豆の甘煮(金時豆) バナナ	おじや (白ごま、ごま油)	30(月)	栗軟飯(栗、もち米) みそ汁(もやし、れんこん) 肉じゃが (豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、白滝、いんげん) キャベツの和風サラダ (キャベツ、人参、ひじき、ちくわ)和風 バナナ	焼きビーフン (ビーフン、鶏肉、玉葱 人参、椎茸、ピーマン キャベツ、ごま油)
14(土)	海鮮ピラフ(軟飯) (ツナ、貝柱、玉葱、黄パプリカ、バター) スープ(白菜、椎茸) カリフラワーサラダ (カリフラワー、レタス、コーン)フレンチ バナナ	ジャムマフィン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー イチゴジャム)	31(火)	軟飯 春雨スープ(春雨、きくらげ) ユーリンチー (鶏肉、葱、にんにく、生姜、ごま油) 小松菜のごま酢和え (小松菜、もやし、人参、黒ごま) オレンジ	パンブキン豆乳プリン (南瓜、ゼラチン、豆乳)
16(月)	軟飯 スープ(切干大根、しめじ) 豚テキ(豚ロース肉、玉葱、片栗粉、ウスターソース 中濃ソース) ナムル(もやし、人参、小松菜、ごま油) グレープフルーツ	パンケーキ (小麦粉、牛乳、卵 ベーキングパウダー メープルシロップ)			
17(火)	軟飯 クラムチャウダー(あさり、玉葱、人参、小麦粉、牛乳) 魚のチーズパン粉焼き(カレイ、小麦粉、卵、パン粉 粉チーズ、ケチャップ) オリエンタルサラダ(レタス、胡瓜、トマト ミックスビーンズ)フレンチ オレンジ	ごぼうの炊き込み軟飯 (ベーコン、ごぼう 人参、葱)			
18(水)	ほうとう風うどん(うどん、鶏肉、人参、大根、南瓜 ごぼう、みそ) キャベツの浅漬(キャベツ、胡瓜、人参、生姜) バナナ	黒糖蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳、黒糖 ベーキングパウダー)			