

※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)	けんちんうどん (うどん、鶏肉、油揚げ、大根、人参、葱、ごぼう) 南瓜のごまよごし(南瓜、黒ごま) バナナ	おじや (豚ロース肉、生姜)	18(月)	軟飯 みそ汁(南瓜、人参) 鶏肉の照焼き (鶏肉、片栗粉) 梅ドレッシングサラダ (キャベツ、胡瓜、人参、梅干し) バナナ	チヂミ (小麦粉、玉葱、ニラ) 人参、ごま油、片栗粉 とろけるチーズ)
2(土)	あんかけ軟飯 (豚挽肉、白菜、人参、葱、にんにく、生姜、片栗粉) スープ(わかめ、かまぼこ) もやしサラダ(もやし、人参、春雨)和風 バナナ	レーズンマフィン (小麦粉、卵、バター 牛乳、レーズン ベーキングパウダー)	19(火)	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) スープ(人参、ほうれん草) ひじきの煮物 (切干大根、人参、水煮大豆、ひじき、油揚げ) バナナ	黒糖寒天 (黒糖、寒天、きな粉) せんべい
4(月)	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(きくらげ、エリンギ) ブロッコリーサラダ(キャベツ、人参、ブロッコリー)フレンチ グレープフルーツ	メープル蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー メープルシロップ)	20(水)	軟飯 みそ汁(キャベツ、玉葱) 鰻の蒲焼き(カジキ、生姜) なめ茸和え(小松菜、人参、もやし、なめ茸) みかん	ゴロゴロボトフ (玉葱、人参、セロリ) かぶ、ウインナー カリフラワー)
5(火)	軟飯 ミネストローネ(人参、玉葱、ピーマン、トマト、キャベツ ケチャップ、トマトピューレ、小麦粉、白ワイン) 鶏肉のバター醤油ソテー(鶏肉、バター) 大根とほうれん草の洋風炒め (大根、ほうれん草、ベーコン、にんにく) バナナ	ニラ雑炊 (ニラ)	21(木)	ジャージャーうどん (うどん、豚挽肉、人参、椎茸、筍、ほうれん草 葱、にんにく、生姜、干し椎茸、りんご、玉葱 ごま油、みそ) 水菜と貝柱のサラダ(水菜、貝柱、胡瓜)和風 グレープフルーツ	ココアマフィン (小麦粉、卵、牛乳 バター、ココア ベーキングパウダー)
6(水)	軟飯 みそ汁(かぶ、水菜) 中華風ハンバーグ (豚挽肉、葱、ニラ、キャベツ、ごま油) ちくわりサラダ(小松菜、ちくわ、人参)和風 オレンジ	カップあんまん (小麦粉、牛乳、小豆 ベーキングパウダー)	22(金)	お楽しみメニュー	コーンフレーク (コーンフレーク、豆乳)
7(木)	鶏肉とブロッコリーのスパゲティ (スパゲティ、鶏肉、玉葱、ブロッコリー 人参、バター) 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	ひじき軟飯 (ひじき、人参、油揚げ 万能葱)	23(土)	タコライス(軟飯) (豚挽肉、玉葱、レタス、トマト、にんにく、ケチャップ ウスターソース、中濃ソース、カレー粉、粉チーズ) スープ(えのき、豆苗) みかんサラダ(キャベツ、胡瓜、みかん)フレンチ バナナ	蒸しパン (小麦粉、卵、牛乳 ベーキングパウダー)
8(金)	軟飯 清汁(わかめ) 鰻の照焼き(鰻、片栗粉) おろし和え(白菜、小松菜、人参、大根) バナナ	マフィン (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー 牛乳)	25(月)	軟飯 みそ汁(人参、里芋) 鶏肉のおかか焼き(鶏肉、鰹節、エッグケア) 白菜の塩昆布和え (白菜、胡瓜、人参、塩昆布) オレンジ	抹茶マフィン (小麦粉、卵、バター ベーキングパウダー 牛乳、抹茶)
9(土)	鶏塩うどん (うどん、鶏肉、白菜、大根、葱、人参) じゃが芋の和風サラダ(じゃが芋、人参、いんげん) バナナ	ツナおじや (ツナ)	26(火)	ホイコーロー丼(軟飯) (豚肉、キャベツ、人参、玉葱、ピーマン、にんにく 生姜、みそ) スープ(切干大根、しめじ) ごま酢和え(チンゲン菜、もやし、人参、白ごま) バナナ	ツナ軟飯 (ツナ、刻みのり)
11(月)	軟飯 スープ(コーン、切干大根) スコップコロッケ (豚挽肉、玉葱、じゃが芋、牛乳、パン粉、オリーブ油 中濃ソース) オリエンタルサラダ(レタス、胡瓜、赤パプリカ、ささみ ミックスビーンズ)フレンチ バナナ	みそ軟飯 (みそ、白ごま)	27(水)	軟飯 みそ汁(ニラ、ちくわ) 鶏肉のすき焼き風 (鶏肉、玉葱、人参、ほうれん草、椎茸、白滝 焼き豆腐) めかぶ和え(大根、胡瓜、めかぶ) グレープフルーツ	フルーツヨーグルト (ヨーグルト、みかん バナナ、黄桃)
12(火)	納豆軟飯(挽き割り納豆、青のり) みそ汁(油揚げ、万能葱) 焼きブリの葱だれ (ブリ、葱、ごま油、にんにく、片栗粉) 白菜ナムル(白菜、人参、もやし、ごま油) バナナ	パンケーキ (小麦粉、牛乳、卵 ベーキングパウダー メープルシロップ)	28(木)	カレーうどん (うどん、豚肉、油揚げ、ほうれん草、人参、玉葱 しめじ、カレールー、片栗粉) 金時豆の甘煮(金時豆) バナナ	ゆかり軟飯 (ゆかり)
13(水)	焼きうどん (うどん、豚肉、玉葱、人参、キャベツ、もやし、ニラ) きのこのホットサラダ (じゃが芋、しめじ、エリンギ、にんにく) グレープフルーツ	ハイナンチキンライス (軟飯) (鶏肉、レタス、葱 にんにく、生姜)			
14(木)	軟飯 みそ汁(なめこ、チンゲン菜) 筑前煮 (鶏肉、人参、ごぼう、れんこん、里芋、絹さや) キャベツのお浸し(キャベツ、鰹節) バナナ	お豆腐ブラウニー (小麦粉、ココア、牛乳 ベーキングパウダー 豆腐)			
15(金)	ベーコンピラフ(軟飯)(ベーコン、玉葱、コーン 人参、マッシュルーム、バター) スープ(黄パプリカ、きくらげ) エッグケアサラダ (レタス、人参、れんこん、カリフラワー)エッグケア オレンジ	ガーリックスパゲティ (スパゲティ、ツナ 赤パプリカ、小松菜 にんにく)			
16(土)	チキンカレーライス(軟飯) (鶏肉、じゃが芋、人参、玉葱、カレールー ケチャップ、牛乳) グリーンサラダ(キャベツ、胡瓜、赤パプリカ)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)			