

※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)	ちらし寿司(軟飯) (ツナ、人参、干し椎茸、れんこん、かんぴょう 桜でんぶ、絹さや) 清汁(花麩、葱) トマトの塩昆布和え(白菜、胡瓜、トマト、塩昆布) グレープフルーツ	関東風桜餅 (小麦粉、上新粉 小豆、食紅)	18(月)	みそカツ丼(軟飯) (豚ロース肉、みそ、片栗粉、キャベツ) スープ(ひじき、小松菜) 梅おほかね 南蛮漬(大根、胡瓜) オレンジ	蒸しパン (小麦粉、牛乳、卵 ベーキングパウダー)
2(土)	和風スパゲティ(スパゲティ、鶏肉、玉葱、人参 チンゲン菜、にんにく、刻みのり) じゃが芋のそぼろ煮 (じゃが芋、人参、豚挽肉、いんげん) バナナ	ゆかりチーズ軟飯 (ゆかり、QBBチーズ)	19(火)	軟飯 若竹汁(わかめ、筍、葱) 鶏肉の甘辛煮(鶏肉、にんにく、生姜) 梅おほかね (キャベツ、胡瓜、しめじ、鰹節、梅干し) はっさく	カップピザまん (小麦粉、牛乳、ハム、玉葱 コーン、人参、ケチャップ とろけるチーズ ベーキングパウダー)
4(月)	麻婆丼(軟飯) (木綿豆腐、豚挽肉、葱、人参、にんにく、生姜、ごま油 みそ、片栗粉) スープ(玉葱、小松菜) パンパニーニサラダ (キャベツ、春雨、胡瓜、人参、白ごま、ささみ)エッグケア グレープフルーツ	マールケーキ (小麦粉、卵、バター ココア ベーキングパウダー)	21(木)	あんかけうどん(うどん、豚肉、白菜、筍 もやし、人参、玉葱、絹さや、片栗粉) 南瓜の含め煮(南瓜) バナナ	そぼろ納豆(軟飯) (切干大根、挽き割り納豆 青のり)
5(火)	軟飯 スープ(ブロッコリー、かぶ) 白菜と鱈のグラタン(白菜、鱈、マカロニ、玉葱 しめじ、エリンギ、牛乳、小麦粉、バター、白ワイン 粉チーズ、ローリエ) フレンチサラダ(レタス、胡瓜、人参、コーン) バナナ	メキシカンピラフ(軟飯) (ウインナー、玉葱 黄パプリカ、ピーマン カレー粉、ケチャップ)	22(金)	ふりかけ軟飯(鰹節、青のり) みそ汁(油揚げ、大根) ほうれん草のおやき (じゃが芋、ほうれん草、人参、牛乳、ケチャップ) ゆかり和え(かぶ、胡瓜、ゆかり) 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)
6(水)	軟飯 みぞれ汁(なめこ、豆腐、大根、みそ) 豚肉の青のり焼き(豚ロース肉、青のり、エッグケア) 豆入りサラダ (キャベツ、胡瓜、人参、ミックスビーンズ)和風 グレープフルーツ	フルーツヨーグルト (みかん、パイナップル、黄桃 バナナ、ヨーグルト)	23(土)	白菜生姜うどん (うどん、豚肉、白菜、人参、もやし、生姜) チョレギサラダ(レタス、胡瓜、わかめ、トマト にんにく、刻みのり、ごま油) バナナ	炊き込み軟飯 (鶏挽肉、ごぼう、人参)
7(木)	わかめ軟飯(炊き込みわかめ) 生姜スープ(キャベツ、きくらげ、生姜) 筑前煮(鶏肉、人参、ごぼう、れんこん、里芋、いんげん) 切干大根の酢の物 (切干大根、胡瓜、ひじき) オレンジ	ベーコンポテトスコーン (じゃが芋、ベーコン、玉葱 小麦粉、バター、牛乳 ベーキングパウダー)	25(月)	ツナ軟飯(ツナ) シチュー(ベーコン、人参、玉葱、ブロッコリー 小麦粉、バター、牛乳) コーンサラダ(キャベツ、コーン、人参、胡瓜) フレンチ オレンジ	雑炊 (鶏肉、人参、葱、椎茸 ほうれん草)
8(金)	うどん(うどん、豚肉、葱、人参、キャベツ 豆もやし、玉葱、りんご、鶏ガラ、干し椎茸 にんにく、生姜) ★白いんげん豆の甘煮(白いんげん豆) バナナ	鶏しそ軟飯 (鶏肉、塩昆布、押麦 大葉)	26(火)	焼豚チャーハン(軟飯)(焼豚、葱、レタス、なると 赤パプリカ、にんにく、生姜、ごま油) スープ(ニラ、玉葱) エッグケアサラダ(南瓜、胡瓜、レーズン) バナナ	レモンゼリー (レモン汁、ゼラチン)  せんべい
9(土)	ツナチャーハン(軟飯) (ツナ、万能葱、人参、玉葱、ごま油 にんにく、生姜) スープ(春雨、椎茸) ひじきサラダ(大根、ひじき、胡瓜)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)	27(水)	軟飯 みそ汁(もやし、なめこ) 鶏肉の照焼き(鶏肉、片栗粉) キャベツの浅漬(キャベツ、人参、胡瓜、生姜) オレンジ	焼きビーフン (ビーフン、豚肉、ピーマン 人参、キャベツ、もやし ごま油)
11(月)	軟飯 スープ(貝柱、トマト) ささみのエッグケア焼き(ささみ、エッグケア にんにく、生姜) りんごサラダ(レタス、胡瓜、人参、りんご、レーズン) フレンチ バナナ	おじや (豚ロース肉、生姜 片栗粉)	28(木)	ゆかり軟飯(ゆかり) 清汁(菜の花、かまぼこ) 鮭のちゃんちゃん焼き(鮭、玉葱、人参、キャベツ しめじ、にんにく、バター、みそ) 白和え(小松菜、人参、ひじき、木綿豆腐) グレープフルーツ	ブルーベリーマフィン (小麦粉、卵、バター ブルーベリージャム ベーキングパウダー)
12(火)	軟飯 みそ汁(ごぼう、油揚げ、ほうれん草) オニオンソースハンバーグ (豚挽肉、パン粉、卵、玉葱、りんご、片栗粉) サラダ(キャベツ、人参、胡瓜、黄パプリカ)和風 グレープフルーツ	利休まんじゅう (小麦粉、黒糖、重曹 小豆)	29(金)	ミートソーススパゲティ (スパゲティ、豚挽肉、玉葱、人参、ピーマン、にんにく ケチャップ、ホールトマト、トマトピューレ、白ワイン 小麦粉、バター、粉チーズ) 切干大根とツナのサラダ (切干大根、胡瓜、人参、ツナ、レモン汁) バナナ	なめ茸軟飯 (たくあん、なめ茸)
13(水)	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) 粉ふき芋(じゃが芋、青のり) オレンジ	リゾット (玉葱、人参、ピーマン ケチャップ、粉チーズ)	30(土)	鶏塩丼(軟飯) (鶏肉、玉葱、人参、えのき、いんげん) みそ汁(南瓜、しめじ) 梅肉和え(水菜、梅干し) バナナ	ウィークエンドシトロン (小麦粉、バター、卵 牛乳、レモン、粉糖 ベーキングパウダー)
14(木)	軟飯 みそ汁(れんこん、人参) プリの照焼き(プリ、片栗粉) 小松菜の煮浸し(小松菜、もやし、しめじ、人参) バナナ	ガーリックスパゲティ (スパゲティ、鶏肉 コーン、アスパラ キャベツ、にんにく)			
15(金)	★ハヤシライス(軟飯)(豚肉、じゃが芋、玉葱、人参 ハヤシルウ、中濃ソース、小麦粉、バター ケチャップ、ホールトマト) ごぼうと水菜のサラダ(ごぼう、水菜、人参、醤油) エッグケア バナナ	抹茶のパパロア (抹茶、豆乳、ゼラチン)			
16(土)	軟飯 みそ汁(えのき、小松菜) 鶏肉の治部煮風(鶏肉、れんこん、椎茸、人参 いんげん、生姜、片栗粉) 白菜のごま酢和え(白菜、もやし、人参、白ごま) バナナ	豆乳寒天 (みかん、豆乳、ゼラチン)			