

日 曜	食 食	午前おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる	午後おやつ
1 木	さつまいもご飯 お月見ハンバーグ ポテトサラダ うさぎりんご 白菜のスープ	小魚せんべい	豚挽肉・たまご・豆腐 ・チーズ・ベーコン・牛乳 ・きな粉・調整豆乳	・精白米・さつまいも・パン粉 ・じゃがいも・マヨネーズ ・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・胡瓜・りんご・白菜 ・青梗菜	牛乳 お月見蒸しパン
2 金	肉うどん 大豆のかき揚げ ひじきとキャベツのサラダ 柿	ビスケット	・豚肉・ゆで大豆 ・桜えび・牛乳	・ゆでうどん・小麦粉 ・油・バター	・長ねぎ・コーン・玉ねぎ・ひじき ・キャベツ・人参・柿・レーズン	牛乳 レーズンクッキー
3 土	さつまいもしょうが豚丼 コロコロサラダ もやしと人参の味噌汁	ウエハース	・豚肉・ロースハム ・牛乳・鮭	・精白米・油・じゃが芋 ・マヨネーズ・ごま	・長ねぎ・人参・コーン・胡瓜 ・もやし・小松菜	牛乳 鮭おにぎり
5 月	ご飯 さいたまけと豚肉のみそ炒め さつまいもとレーズンのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	野菜せんべい	・豚肉・豆腐・豆腐 ・牛乳・たまご	・精白米・片栗粉・油 ・さつまいも・マヨネーズ	・さいたまけ・なす・青ピーマン ・長ねぎ・レーズン・わかめ・南瓜	牛乳 かぼちゃのプリン
6 火	ご飯 チャプチェ しらすチヂミ 青梗菜のスープ	りんごのゼリー	・豚肉・たまご・しらす ・豆腐・牛乳	・精白米・春雨・油・小麦粉 ・片栗粉・ごま ・じゃが芋・さつまいも	・人参・胡瓜・竹の子・しいたけ ・もやし・玉ねぎ・小松菜・青梗菜 ・えのき	牛乳 ミックス ポテトフライ
7 水	ご飯 タラのムニエルオーロラソース ひじきの炒め煮 かぼちゃとしめじの味噌汁	ビスケット	・助産たら・チーズ・油揚げ ・牛乳・脱脂粉乳 ・ゆで大豆	・精白米・小麦粉・マヨネーズ ・油・ホットケーキミックス	・ひじき・人参・グリーンピース ・南瓜・玉ねぎ・しめじ	牛乳 小豆入り蒸しパン
8 木	しらすご飯 千草焼き 根菜のごまマヨ和え 大根となめこの味噌汁	小魚せんべい	・しらす・ツナ缶・たまご ・油揚げ・牛乳	・精白米・ごま・油 ・マヨネーズ・食パン・バター	・人参・椎茸・貝割れ大根 ・れんこん・ごぼう・大根・なめこ	牛乳 食パンラスク
9 金	ご飯 鶏肉のみそ焼き 小松菜と油揚げのおひたし かきたま汁	ビスケット	・鶏肉・油揚げ・たまご ・牛乳・豚挽肉・チーズ	・精白米・片栗粉・小麦粉 ・油	・小松菜・人参・玉ねぎ ・乾しいたけ・トマトビュレ	牛乳 ピザまん
10 土	和風ツナスバゲティ キャベツのコールスロー 鶏肉とブロッコリーのミルクスープ	ウエハース	・ツナ缶・鶏肉・牛乳	・スバゲティ・油・バター ・小麦粉・クリームパン	・玉ねぎ・人参・ピーマン・のり ・キャベツ・胡瓜・コーン・ブロッコリー	牛乳 薄皮クリームパン
12 月	ご飯 花しゅうまい ほうれん草と人参のごま和え 白菜の味噌汁	野菜せんべい	・豚挽肉・豆腐・おから ・油揚げ・牛乳・チーズ ・ロースハム	・精白米・しゅうまいの皮 ・片栗粉・油・いりごま ・コッペパン・バター	・玉ねぎ・長ねぎ・ほうれん草 ・人参・しいたけ・白菜・もやし	牛乳 パニーニ
13 火	玄米入りひじきごはん 魚のしょうが煮 かぼちゃのいとこ煮 ほうれん草の味噌汁	デザートムース	・油揚げ・さば ・ゆで大豆・牛乳	・精白米・玄米・お麩 ・バター・ホットケーキミックス	・ひじき・人参・南瓜・ほうれん草 ・玉ねぎ・バナナ ・たまねぎ・バナナ	牛乳 ココア バナナケーキ
14 水	食パン カレーコロッケ キャベツのコールスロー コンクリームスープ	ビスケット	・牛乳・ベーコン ・しらす	・食パン・じゃが芋・小麦粉 ・パン粉・油・精白網・ごま	・玉ねぎ・キャベツ・胡瓜 ・コーン・クリームコーン・小松菜	牛乳 青菜としらすの おにぎり
15 木	ご飯 筑前煮 わかめときゅうりの酢の物 厚揚げの味噌汁	小魚せんべい	・鶏肉・しらす・生揚げ ・牛乳・たまご	・精白米・こんにやく・油 ・食パン	・人参・れんこん・ごぼう・大根 ・さやえんどう・わかめ・胡瓜 ・小松菜	牛乳 パンプティング
16 金	ベーコンのクリームスバゲティ グリーンサラダ トマトと卵のスープ	ビスケット	・ベーコン・牛乳 ・たまご・油揚げ	・スバゲティ・油・バター ・小麦粉・片栗粉 ・精白米・ごま	・ほうれん草・玉ねぎ・レタス ・人参・胡瓜・レーズン・トマト ・キャベツ・ひじき・枝豆	牛乳 五目いなり
17 土	親子丼 胡瓜のごまサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁	ウエハース	・鶏肉・たまご・牛乳	・精白米・油・ごま・じゃが芋 ・ワッフル	・玉ねぎ・のり・胡瓜・人参 ・もやし・キャベツ	牛乳 ワッフル (市販)
19 月	ご飯 ミートオムレツ ブロッコリーのごま和え 白菜と油揚げの味噌汁	野菜せんべい	・豚挽肉・たまご・牛乳 ・チーズ・油揚げ・ヨーグルト	・精白米・油・バター ・ごま・小麦粉	・玉ねぎ・ブロッコリー・白菜 ・しいたけ	牛乳 ホワイトクッキー
20 火	チキンライス 魚のフリッター かにかまとブロッコリーのマカロニサラダ キャベツとソーセージのスープ	オレンジゼリー	・鶏肉・助産鶏・かにかま ・牛乳・生クリーム	・精白米・バター・油 ・お好み焼き粉・マカロニ ・マヨネーズ・さつまいも ・くり甘露煮	・玉ねぎ・ブロッコリー・キャベツ ・人参・小松菜	牛乳 誕生日モンブラン ケーキ
21 水	ご飯 豆腐チャンプル 切干大根とかいわれのサラダ 白菜と小松菜の味噌汁	ビスケット	・豚肉・豆腐・油揚げ ・牛乳	・精白米・油・片栗粉 ・マヨネーズ・ホットケーキ粉 ・さつまいも	・人参・玉ねぎ・しめじ・キャベツ ・切干大根・胡瓜・貝割れ大根 ・白菜・小松菜	牛乳 さつまいも蒸しパン
22 木	カレーライス キャベツとハムのコールスロー ヨーグルトポンチ	小魚せんべい	・豚肉・脱脂粉乳・ロースハム ・ヨーグルト・牛乳	・精白米・油・じゃがいも ・マヨネーズ・食パン・ごま	・玉ねぎ・人参・キャベツ・胡瓜 ・みかん缶・バナナ・パイン缶	牛乳 食パンかりんとう
23 金	ご飯 治部煮 ひじきとキャベツのごま酢和え のっぺい汁	ビスケット	・鶏肉・豆腐 ・牛乳・油揚げ	・精白米・お麩・片栗粉 ・ごま・こんにやく ・生いも板こんにやく	・大根・ほうれん草・ひじき ・キャベツ・人参・れんこん・なめこ ・いんげん・しめじ・ごぼう	牛乳 炊き込みご飯
24 土	五目焼きそば フライドチキン かぼちゃのサラダ	ウエハース	・豚肉・鶏肉・ヨーグルト ・牛乳	・中華めん・油・片栗粉 ・食パン	・人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし ・ピーマン・南瓜・レーズン	牛乳 ジャムサンド
26 月	ご飯 れんこんと豚肉の炒め煮 もやしの中華和え かきたまスープ	野菜せんべい	・豚肉・しらす・たまご ・豆腐・牛乳・チーズ	・精白米・油・片栗粉 ・パイシート	・れんこん・玉ねぎ・いんげん ・人参・もやし・胡瓜・ほうれん草	牛乳 チーズスティック
27 火	ご飯 鮭のパン粉焼きトマトソース 小松菜とコーンの洋風炒め 白菜と油揚げの味噌汁	デザートムース	・鮭・たまご・ベーコン ・油揚げ・牛乳	・精白米・小麦粉・パン粉 ・バター	・トマト缶・玉ねぎ・小松菜・人参 ・コーン・白菜・えのき	牛乳 にんじんケーキ
28 水	ロールパン ホワイトシチュー ツナとブロッコリーのサラダ バナナ	ビスケット	・鶏肉・牛乳・ツナ缶 ・油揚げ	・ロールパン・じゃが芋・油 ・小麦粉・干うどん	・玉ねぎ・人参・しめじ ・ブロッコリー・コーン・バナナ ・青ねぎ	牛乳 きつねうどん
29 木	みそラーメン 餃子 豆乳かん	小魚せんべい	・豚肉・豚挽肉・豆乳 ・牛乳・鮭	・中華めん・油・片栗粉 ・餃子の皮・精白米・ごま	・青ねぎ・人参・もやし・キャベツ ・コーン・にら・みかん缶	牛乳 鮭おにぎり
30 金	ジャックオーランタンピラフ スパニッシュオムレツ ゴーストスナック 紫キャベツのサラダ パンプキンポタージュ	ビスケット	・ウインナーソーセージ ・チーズ・たまご・牛乳	・精白米・バター・油 ・じゃが芋・餃子の皮 ・ホットケーキミックス	・玉ねぎ・人参・トマト缶・のり ・ほうれん草・キャベツ・紫キャベツ ・コーン・南瓜	牛乳 パンプキン ドーナツ
31 土	ピビンバ ひじきとキャベツのサラダ 鶏肉とじゃが芋のスープ	ウエハース	・豚肉・たまご ・鶏肉・牛乳・チーズ	・精白米・油・ごま・じゃが芋	・もやし・小松菜・人参・ひじき ・キャベツ・コーン・玉ねぎ	牛乳 ピスト・チーズ

★仕入れの状況により献立・食材変更する場合があります★



日曜	午前おやつ	中期食	午後おやつ	後期食	主な材料	午後おやつ	主な材料
1 木	小魚せんべい	・さつま芋入り7倍粥 ・じゃが芋のそぼろ煮 ・白菜と玉ねぎのスープ	・お茶 ・りんごのコンポート	・さつま芋粥 ・お月見ハンバーグ ・ポテトサラダ ・りんご ・白菜のスープ	精白米・さつま芋 豚挽肉・玉ねぎ・豆腐・ケチャップ じゃが芋・ミックスパプリ・胡瓜・マヨネーズ 白菜・玉ねぎ・青梗菜	・お茶 ・お月見蒸しパン	小麦粉・きな粉 豆乳
2 金	ビスケット	・煮込みうどん ・大豆の煮物 ・キャベツの煮浸し	・お茶 ・南瓜の茶巾	・煮込みうどん ・大豆の煮物 ・ひじきとキャベツのサラダ	茹うどん・豚肉・ねぎ 茹大豆・コーン・玉ねぎ・人参 ひじき・キャベツ	・お茶 ・レーズン クッキー	小麦粉・なたね油 レーズン
3 土	ウエハース	・7倍粥 ・じゃが芋とコーンの煮物 ・小松菜と人参の味噌汁	・お茶 ・鮭粥	・豚丼粥 ・コロコロサラダ ・小松菜と人参の味噌汁	精白米・豚肉・ねぎ じゃが芋・人参・コーン・胡瓜・マヨネーズ 小松菜・人参	・お茶 ・鮭粥	精白米・鮭
5 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・豆腐となすの味噌煮 ・さつま芋煮	・お茶 ・南瓜ゼリー	・5倍粥 ・豚肉とまいたけの味噌煮 ・さつま芋とレーズンのサラダ ・豆腐とわかめのすまし汁	精白米 豚肉・なす・舞茸・ピーマン・ねぎ さつま芋・レーズン・マヨネーズ 豆腐・ねぎ・わかめ	・お茶 ・南瓜ゼリー	南瓜・牛乳 ゼラチン
6 火	りんごのゼリー	・7倍粥 ・小松菜としらすの煮浸し ・豆腐と青梗菜のスープ	・お茶 ・ふかし芋	・5倍粥 ・チャプチェ風 ・しらすチヂミ ・青梗菜のスープ	精白米 春雨・豚肉・人参・胡瓜・しいたけ 小松菜・玉ねぎ・しらす・小麦粉 豆腐・青梗菜・えのき	・お茶 ・ミックスポテト	じゃが芋・さつま 芋
7 水	ビスケット	・7倍粥 ・魚と人参のトマト煮 ・南瓜の味噌汁	・お茶 ・きなこ粥	・5倍粥 ・魚のケチャップ煮 ・ひじきの炒め煮 ・南瓜としめじの味噌汁	精白米 たら・小麦粉・ケチャップ ひじき・人参・グリーンピース 南瓜・玉ねぎ・しめじ	・お茶 ・蒸しパン	小麦粉・脱脂粉乳 牛乳
8 木	小魚せんべい	・しらす粥 ・つくね煮 ・大根と人参の味噌汁	・お茶 ・食パン粥	・しらす粥 ・つくね煮 ・大根と人参の味噌汁	精白米・しらす 鶏ひき肉・人参・しいたけ・貝割れ大根 大根・人参	・お茶 ・食パンラスク	食パン・砂糖
9 金	ビスケット	・7倍粥 ・鶏肉と小松菜の味噌煮 ・玉ねぎとお葱のすまし	・お茶 ・マカロニのトマト煮	・5倍粥 ・鶏肉と小松菜の味噌煮 ・玉ねぎとお葱のすまし	精白米 鶏肉・小松菜 玉ねぎ・乾燥茸・お麩	・お茶 ・ミートマカロニ	マカロニ・豚挽肉 玉ねぎ・人参・ トマトピューレ
10 土	ウエハース	・7倍粥 ・キャベツの煮浸し ・鶏肉とブロッコリーの豆乳スープ	・お茶 ・ソフトせんべい	・和風ツナスパゲッティ ・キャベツのコールスロー煮 ・鶏肉とブロッコリーのミルクスープ	スパゲッティ・玉葱・人参・ピーマン・ツナ キャベツ・胡瓜・コーン 鶏肉・玉葱・ブロッコリー・小麦粉・牛乳	・お茶 ・ソフトせんべい	
12 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・玉ねぎ入り煮奴 ・白菜の味噌汁	・お茶 ・きなこパン粥	・5倍粥 ・しゅうまい ・白菜の味噌汁	精白米 豚挽肉・豆腐・玉葱・ねぎ・おから 白菜・ほうれん草・人参	・お茶 ・スティック 食パン	食パン・砂糖 きな粉
13 火	ソフトせんべい	・人参の7倍粥 ・南瓜と魚の煮物 ・ほうれん草の味噌汁	・お茶 ・バナナ	・ひじきと人参のお粥 ・煮魚 ・かぼちゃ煮 ・ほうれん草の味噌汁	精白米・ひじき・人参 さば かぼちゃ ほうれん草・玉葱・お麩	・お茶 ・バナナ	
14 水	ビスケット	・食パン粥 ・豆乳シチュー ・キャベツの煮浸し	・お茶 ・青菜としらすの粥	・食パン ・クリームシチュー ・キャベツのコールスロー煮	じゃが芋・玉葱・クリーム・牛乳・小麦粉 キャベツ・胡瓜・コーン	・お茶 ・青菜としらすの粥	精白米・小松菜 しらす・ごま
15 木	小魚せんべい	・7倍粥 ・鶏肉と野菜の煮物 ・豆腐の味噌汁	・お茶 ・食パン粥	・5倍粥 ・筑前煮 ・豆腐の味噌汁	精白米 鶏肉・人参・大根・さやえんどう 豆腐・小松菜・わかめ	・お茶 ・フレンチ トースト風	食パン・牛乳 砂糖
16 金	ビスケット	・豆乳煮込みパスタ ・人参とレーズンの甘煮 ・トマトのスープ	・お茶 ・人参と枝豆の粥	・クリームパスタ ・胡瓜と人参のサラダ風煮 ・トマトのスープ	パスタ・ほうれん草・玉葱・牛乳 人参・胡瓜・レーズン トマト・玉葱・キャベツ	・お茶 ・五目粥	精白米・ひじき 人参・枝豆
17 土	ウエハース	・鶏肉丼粥 ・胡瓜の豆乳煮 ・じゃが芋とキャベツの味噌汁	・お茶 ・ソフトせんべい	・鶏肉丼粥 ・胡瓜のごまサラダ風 ・じゃが芋とキャベツ味噌汁	精白米・鶏肉・玉葱・のり 胡瓜・人参・ごま じゃが芋・キャベツ	・お茶 ・ソフトせんべい	
19 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・鶏挽肉の煮込みハンバーグ ・白菜の味噌汁	・お茶 ・豆乳プリン	・5倍粥 ・煮込みハンバーグ ・ブロッコリーのごま煮 ・白菜としいたけの味噌汁	精白米 豚挽肉・玉葱・牛乳・ケチャップ ブロッコリー・ごま 白菜・しいたけ	・お茶 ・ホワイトクッキー	小麦粉・なたね油 ヨーグルト
20 火	オレンジゼリー	・チキンライス風粥 ・魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツのスープ	・お茶 ・ふかし芋	・チキンライス風 ・魚とブロッコリーの煮物 ・キャベツのスープ	鶏肉・玉葱・ミックスパプリ・ケチャップ たら・ブロッコリー キャベツ・人参・小松菜・マカロニ	・お茶 ・ふかし芋	さつま芋
21 水	ビスケット	・7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・白菜と小松菜の味噌汁	・お茶 ・さつま芋粥	・5倍粥 ・豆腐チャンプル風 ・白菜と小松菜の味噌汁	精白米 豆腐・豚肉・人参・玉葱・キャベツ 白菜・小松菜	・お茶 ・蒸しパン	小麦粉・さつま芋 牛乳
22 木	小魚せんべい	・トマト煮粥 ・キャベツの煮浸し ・バナナ	・お茶 ・食パン粥	・トマト煮カレーライス風 ・キャベツのコールスロー ・ヨーグルトポンチ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・トマトピューレ キャベツ・胡瓜・マヨネーズ みかん缶・バナナ・ヨーグルト	・お茶 ・食パンラスク	食パン・砂糖
23 金	ビスケット	・人参粥 ・鶏肉と大根の治部煮 ・のっぺい汁	・お茶 ・人参粥	・ひじき粥 ・治部煮 ・のっぺい汁	精白米・ひじき・人参 鶏肉・大根・花麩 豆腐・人参・いんげん	・お茶 ・炊き込み粥	精白米・しめじ 人参
24 土	ウエハース	・煮込みうどん ・鶏の照り煮 ・南瓜の含め煮	・お茶 ・ソフトせんべい	・煮込みうどん ・鶏の照り煮 ・かぼちゃのサラダ	茹うどん・豚肉・人参・キャベツ かぼちゃ・玉葱・レーズン・ヨーグルト	・お茶 ・ジャムサンド	食パン いちごジャム
26 月	野菜せんべい	・7倍粥 ・豆腐と野菜の煮物 ・ほうれん草のおすまし	・お茶 ・じゃが芋スティック	・5倍粥 ・豚肉と野菜の煮物 ・豆腐のおすまし	精白米 豚肉・人参・玉葱・いんげん 豆腐・ほうれん草	・お茶 ・じゃが芋 スティック	じゃがいも
27 火	ソフトせんべい	・7倍粥 ・鮭のトマト煮 ・白菜の味噌汁	・お茶 ・人参ゼリー	・5倍粥 ・鮭のトマト煮 ・白菜の味噌汁	精白米 鮭・小麦粉・小松菜・人参・トマト缶 白菜・えのき	・お茶 ・人参ケーキ	小麦粉・人参 砂糖・なたね油
28 水	ビスケット	・食パン粥 ・豆乳シチュー ・ブロッコリーの煮浸し ・バナナ	・お茶 ・煮込みうどん	・食パン ・ホワイトシチュー ・ツナとブロッコリーのサラダ風 ・バナナ	食パン 鶏肉・じゃが芋・人参・しめじ・牛乳 ブロッコリー・コーン・ツナ缶	・お茶 ・わかめうどん	干うどん・わかめ ねぎ
29 木	小魚せんべい	・味噌煮込みうどん ・鶏肉だんごの煮物 ・豆乳かん	・お茶 ・鮭のお粥	・味噌煮込みうどん ・肉だんご煮 ・豆乳かん	茹うどん・豚肉・キャベツ・コーン 豚挽肉・キャベツ 豆乳・みかん缶・寒天	・お茶 ・鮭のお粥	精白米・鮭
30 金	ビスケット	・トマト粥 ・じゃが芋と野菜の煮物 ・パンプキンポタージュ	・お茶 ・南瓜煮	・トマト粥 ・ほうれん草入りじゃが芋もち ・ゴーストスナック ・パンプキンポタージュ	精白米・玉葱・人参・トマト缶 じゃが芋・玉葱・ほうれん草・コーン じゃが芋 南瓜・玉葱・牛乳	・お茶 ・南瓜の ホットケーキ	小麦粉・牛乳 南瓜
31 土	ウエハース	・人参の粥 ・キャベツとコーンの煮浸し ・鶏肉とじゃが芋のスープ	・お茶 ・ソフトせんべい	・ひじきと人参の粥 ・豚肉とキャベツの煮物 ・鶏肉とじゃが芋のスープ	精白米・ひじき・人参 豚肉・キャベツ・人参・コーン 鶏肉・玉葱・じゃが芋	・お茶 ・ソフトせんべい	

★仕入れの状況により献立・食材変更する場合があります★



日曜	昼食	午前おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	午後おやつ
1 木	さつまいもご飯 お月見ハンバーグ ポテトサラダ うさぎりんご 白菜のスープ	小魚せんべい	豚挽肉・たまご・豆腐 ・チーズ・ベーコン・牛乳 ・きな粉・調整豆乳豆乳	精白米・さつまいも・パン粉 ・じゃがいも・マヨネーズ ・ホットケーキミックス	玉ねぎ・胡瓜・りんご・白菜 ・青梗菜	牛乳 お月見蒸しパン
2 金	肉うどん 大豆のかき揚げ ひじきとキャベツのサラダ 柿	ビスケット	豚肉・ゆで大豆 ・桜えび・牛乳	ゆでうどん・小麦粉 ・油・バター	長ねぎ・コーン・玉ねぎ・ひじき ・キャベツ・人参・柿・レーズン	牛乳 レーズンクッキー
3 土	さつまいもが豚丼 コロコロサラダ もやしと人参の味噌汁	ウエハース	豚肉・ロースハム ・牛乳・鮭	精白米・油・じゃが芋 ・マヨネーズ・ごま	長ねぎ・人参・コーン・胡瓜 ・もやし・小松菜	牛乳 鮭おにぎり
5 月	ご飯 まいたけと豚肉のみそ炒め さつまいもとレーズンのサラダ 豆腐とわかめのすまし汁	野菜せんべい	豚肉・豆乳・豆腐 ・牛乳・たまご	精白米・片栗粉・油 ・さつまいも・マヨネーズ	まいたけ・なす・青ピーマン ・長ねぎ・レーズン・わかめ・南瓜	牛乳 かぼちゃのプリン
6 火	ご飯 チャプチェ しらすチヂミ 青梗菜のスープ	りんごのゼリー	豚肉・たまご・しらす ・豆腐・牛乳	精白米・春雨・油・小麦粉 ・片栗粉・ごま ・じゃが芋・さつまいも	人参・胡瓜・竹の子・しいたけ ・もやし・玉ねぎ・小松菜・青梗菜 ・えのき	牛乳 ミックス ポテトフライ
7 水	ご飯 タラのムニエルオーロラソース ひじきの炒め煮 かぼちゃとしめじの味噌汁	ビスケット	助宗たら・チーズ・油揚げ ・牛乳・脱脂粉乳 ・ゆで小豆	精白米・小麦粉・マヨネーズ ・油・ホットケーキミックス	ひじき・人参・グリーンピース ・南瓜・玉ねぎ・しめじ	牛乳 小豆入り蒸しパン
8 木	しらすご飯 千草焼き 根菜のごまマヨ和え 大根となめこの味噌汁	小魚せんべい	しらす・ツナ缶・たまご ・油揚げ・牛乳	精白米・ごま・油 ・マヨネーズ・食パン・バター	人参・椎茸・貝割れ大根 ・れんこん・ごぼう・大根・なめこ	牛乳 食パンラスク
9 金	ご飯 鶏肉のみそ焼き 小松菜と油揚げのおひたし かきたま汁	ビスケット	鶏肉・油揚げ・たまご ・牛乳・豚挽肉・チーズ	精白米・片栗粉・小麦粉 ・油	小松菜・人参・玉ねぎ ・乾しいたけ・トマトピューレ	牛乳 ピザまん
10 土	和風ツナスパゲティ キャベツのコールス ロー 鶏肉とブロッコリーのミルクスープ	ウエハース	ツナ缶・鶏肉・牛乳	スパゲティ・油・バター ・小麦粉・クリームパン	玉ねぎ・人参・ピーマン・のり ・キャベツ・胡瓜・コーン・ブロッコリー	牛乳 薄皮クリームパン
12 月	ご飯 花しゅうまい ほうれん草と人参のごま和え 白菜の味噌汁	野菜せんべい	豚挽肉・豆腐・おから ・油揚げ・牛乳・チーズ ・ロースハム	精白米・しゅうまいの皮 ・片栗粉・油・いりごま ・コッペパン・バター	玉ねぎ・長ねぎ・ほうれん草 ・人参・まいたけ・白菜・もやし	牛乳 パニーニ
13 火	玄米入りひじきごはん 魚のしょうが煮 かぼちゃのいとこ煮 ほうれん草の味噌汁	デザートムース	油揚げ・さば ・ゆで小豆・牛乳	精白米・玄米・お麩 ・バター・ホットケーキミックス	ひじき・人参・南瓜・ほうれん草 ・玉ねぎ・バナナ ・たまねぎ・バナナ	牛乳 ココア バナナケーキ
14 水	食パン カレーコロッケ キャベツのコールスロー コーンクリームスープ	ビスケット	牛乳・ベーコン ・しらす	食パン・じゃが芋・小麦粉 ・パン粉・油・精白網・ごま	玉ねぎ・キャベツ・胡瓜 ・コーン・クリームコーン・小松菜	牛乳 青菜としらすの おにぎり
15 木	ご飯 筑前煮 わかめときゅうりの酢の物 厚揚げの味噌汁	小魚せんべい	鶏肉・しらす・生揚げ ・牛乳・たまご	精白米・こんにゃく・油 ・食パン	人参・れんこん・ごぼう・大根 ・さやえんどう・わかめ・胡瓜 ・小松菜	牛乳 パンプティング
16 金	ベーコンのクリームスパゲティ グリーンサラダ トマトと卵のスープ	ビスケット	ベーコン・牛乳 ・たまご・油揚げ	スパゲティ・油・バター ・小麦粉・片栗粉 ・精白米・ごま	ほうれん草・玉ねぎ・レタス ・人参・胡瓜・レーズン・トマト ・キャベツ・ひじき・枝豆	牛乳 五目いなり
17 土	親子丼 胡瓜のごまサラダ じゃがいもとキャベツの味噌汁	ウエハース	鶏肉・たまご・牛乳	精白米・油・ごま・じゃが芋 ・ワッフル	玉ねぎ・のり・胡瓜・人参 ・もやし・キャベツ	牛乳 ワッフル(市販)
19 月	ご飯 ミートオムレツ ブロッコリーのごま和え 白菜と油揚げの味噌汁	野菜せんべい	豚挽肉・たまご・牛乳 ・チーズ・油揚げ・ヨーグルト	精白米・油・バター ・ごま・小麦粉	玉ねぎ・ブロッコリー・白菜 ・しいたけ	牛乳 ホワイトクッキー
20 火	チキンライス 魚のフリッター かにかまとブロッコリーのマカロニサラダ キャベツとソーセージのスープ	オレンジゼリー	鶏肉・助宗醬・かにかま ・牛乳・生クリーム	精白米・バター・油 ・お好み焼き粉・マカロニ ・マヨネーズ・さつまいも ・くり甘露煮	玉ねぎ・ブロッコリー・キャベツ ・人参・小松菜	牛乳 誕生日モンブラン ケーキ
21 水	ご飯 豆腐チャンプル 切干大根とかいわれのサラダ 白菜と小松菜の味噌汁	ビスケット	豚肉・豆腐・油揚げ ・牛乳	精白米・油・片栗粉 ・マヨネーズ・ホットケーキ粉 ・さつまいも	人参・玉ねぎ・しめじ・キャベツ ・切干大根・胡瓜・貝割れ大根 ・白菜・小松菜	牛乳 さつまいも蒸しパン
22 木	カレーライス キャベツとハムのコールスロー ヨーグルトポンチ	小魚せんべい	豚肉・脱脂粉乳・ロースハム ・ヨーグルト・牛乳	精白米・油・じゃがいも ・マヨネーズ・食パン・ごま	玉ねぎ・人参・キャベツ・胡瓜 ・みかん缶・バナナ・パイン缶	牛乳 食パンかりんとう
23 金	ご飯 治部煮 ひじきとキャベツのごま酢和え のっぺい汁	ビスケット	鶏肉・豆腐 ・牛乳・油揚げ	精白米・お麩・片栗粉 ・ごま・こんにゃく ・生いも板こんにゃく	大根・ほうれん草・ひじき ・キャベツ・人参・れんこん・なめこ ・いんげん・しめじ・ごぼう	牛乳 炊き込みご飯
24 土	五目焼きそば フライドチキン かぼちゃのサラダ	ウエハース	豚肉・鶏肉・ヨーグルト ・牛乳	中華めん・油・片栗粉 ・食パン	人参・玉ねぎ・キャベツ・もやし ・ピーマン・南瓜・レーズン	牛乳 ジャムサンド
26 月	ご飯 れんこんと豚肉の炒め煮 もやしの中華和え かきたまスープ	野菜せんべい	豚肉・しらす・たまご ・豆腐・牛乳・チーズ	精白米・油・片栗粉 ・パイシート	れんこん・玉ねぎ・いんげん ・人参・もやし・胡瓜・ほうれん草	牛乳 チーズスティック
27 火	ご飯 鮭のパン粉焼きトマトソース 小松菜とコーンの洋風炒め 白菜と油揚げの味噌汁	デザートムース	鮭・たまご・ベーコン ・油揚げ・牛乳	精白米・小麦粉・パン粉 ・バター	トマト缶・玉ねぎ・小松菜・人参 ・コーン・白菜・えのき	牛乳 にんじんケーキ
28 水	ロールパン ホワイトシチュー ツナとブロッコリーのサラダ バナナ	ビスケット	鶏肉・牛乳・ツナ缶 ・油揚げ	ロールパン・じゃが芋・油 ・小麦粉・千うどん	玉ねぎ・人参・しめじ ・ブロッコリー・コーン・バナナ ・青ねぎ	牛乳 きつねうどん
29 木	みそラーメン 餃子 豆乳かん	小魚せんべい	豚肉・豚挽肉・豆乳 ・牛乳・鮭	中華めん・油・片栗粉 ・餃子の皮・精白米・ごま	青ねぎ・人参・もやし・キャベツ ・コーン・にら・みかん缶	牛乳 鮭おにぎり
30 金	ジャックオーランタンピラフ スパニッシュオムレツ ゴーストナック 紫キャベツのサラダ パンプキンポスタージュ	ビスケット	ウインナーソーセージ ・チーズ・たまご・牛乳	精白米・バター・油 ・じゃが芋・餃子の皮 ・ホットケーキミックス	玉ねぎ・人参・トマト缶・のり ・ほうれん草・キャベツ・紫キャベツ ・コーン・南瓜	牛乳 パンプキン ドーナツ
31 土	ピビンバ ひじきとキャベツのサラダ 鶏肉とじゃが芋のスープ	ウエハース	豚肉・たまご ・鶏肉・牛乳・チーズ	精白米・油・ごま・じゃが芋	もやし・小松菜・人参・ひじき ・キャベツ・コーン・玉ねぎ	牛乳 ピザカット・チーズ

★仕入れの状況により献立・食材変更する場合があります★

