

| 日付 | 10時 | 昼 | | 3時 |
|-----------------|-----|--|---|---|
| | | 献立名 | 主な食品 | |
| 2 (金) | 牛乳 | 軟飯 旨煮 煮浸し  | 米 / 鶏肉,焼ふ,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい,小松菜,だし昆布 等 | なし れんこんお焼き 牛乳 |
| 3 17 (土) | 牛乳 | 軟飯 野菜の旨煮 みかん  | 米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,だし昆布 等 / みかん | コッペパン 牛乳  |
| 5 19 (月) | 牛乳 | 軟飯 豆腐の旨煮 野菜の旨煮 | 米 / 牛肉,豆腐,はくさい,人参,焼ふ,だし昆布 等 / たまねぎ,きゅうり,だし昆布 等 | なし 食パン 牛乳  |
| 6 20 (火) | 牛乳 | 軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮 | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,小松菜,だし昆布 等 | なし だいこんのお焼き 牛乳 |
| 7 21 (水) | 牛乳 | 軟飯 炒め煮 柔か煮 | 米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等 | りんご ふかしいも 牛乳 |
| 8 22 (木) | 牛乳 | 軟飯 旨煮 煮浸し  | 米 / 牛肉,(絹)豆腐,キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 小松菜,だし昆布 等 | みかん 蒸しパン 牛乳  |
| 9 23 (金) | 牛乳 | 軟飯 旨煮 すまし汁 | 米 / 豚肉,茄子,たまねぎ,人参,(絹)豆腐,だし昆布 等 / 焼ふ,小松菜,だし昆布 等 | かき スープ煮 牛乳  |
| 10 24 (土) | 牛乳 | 軟飯 そばろ煮 みかん | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,たまねぎ,ほうれん草,人参,さつまいも,だし昆布 等 / みかん | 食パン 牛乳 |
| 12 26 (月) | 牛乳 | 軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮 | 米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / 小松菜,人参,大根,だし昆布 等 | なし おじゃ 牛乳 |
| 13 27 (火) | 牛乳 | 軟飯 旨煮 ふくめ煮 | 米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等 | みかん ジャムサンド 牛乳  |
| 14 28 (水) | 牛乳 | 軟飯 そばろ煮 煮浸し | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,人参,たまねぎ,じゃがいも,だし昆布 等 / 切干し大根,だし昆布 等 | りんご じゃがいものおやき 牛乳 |
| 15 29 (木) | 牛乳 | 軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮 | 米 / 白身魚,人参,だし昆布 等 / さつまいも,人参,はくさい,だし昆布 等 | なし 食パン 牛乳 |
| 16 30 (金) | 牛乳 | 軟飯 豆腐のそばろ煮 柔か煮 | 米 / (絹)豆腐,人参,豚ひき肉,たまねぎ,だし昆布 等 / きゅうり,だし昆布 等 | みかん おじゃ 牛乳 |
| 31 (土) | 牛乳 | 軟飯 旨煮 なし   | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布 等 / 梨 | ドイツパン 牛乳  |
| 誕生会 1 (木) | 牛乳 | 軟飯 ハンバーグ 煮浸し | 米 / 牛ひき肉,豚ひき肉,たまねぎ,人参,じゃがいも,パン粉 等 / キャベツ,だし昆布 等 | みかん かぼちゃ蒸しパン 牛乳 |



月平均栄養価

エネルギー 457kcal たんぱく質 16.9g 脂質 11.5g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

