

日付	昼		3時
	献立名	主な食品	
2 16 (月)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 つぶし煮	米 / 凍り豆腐,小松菜,人参,だし昆布,片栗粉 等 / 大根,だし昆布,片栗粉 等	かき 
4 18 (水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / 凍り豆腐,じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	なし 
5 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布,片栗粉 等 / 小松菜,だし昆布,片栗粉 等	みかん
6 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし 野菜の煮つぶし	米 / 豆腐,だし昆布,片栗粉 等 / はくさい,ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉 等	かき
7 (土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 みかん	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,さつまいも,だし昆布,片栗粉 等 / みかん	りんご果汁 
9 30 (月)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,大根,人参,小松菜,だし昆布,片栗粉 等 / はくさい,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
10 24 (火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / じゃがいも,人参,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等	なし 
11 25 (水)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 さつまいもの煮つぶし	米 / 豆腐,キャベツ,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / さつまいも,だし昆布 等	りんご
13 27 (金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし 野菜のクタクタ煮	米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布,片栗粉 等 / 大根,だし昆布,片栗粉 等	みかん
14 28 (土)	つぶし粥 つぶし煮 りんご	米 / (絹)豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,ほうれん草,だし昆布,片栗粉 等 / りんご	りんご果汁 
17 (火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	米 / 白身魚,はくさい,だし昆布 等 / はくさい,人参,たまねぎ,切干し大根,だし昆布,片栗粉 等	りんご 
19 (木)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 クタクタ煮	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,はくさい,だし昆布,片栗粉 等 / キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	みかん
20 (金)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし 野菜の煮つぶし	米 / 豆腐,だし昆布,片栗粉 等 / はくさい,ほうれん草,人参,だし昆布,片栗粉 等	かき
21 (土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 みかん	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,さつまいも,だし昆布,片栗粉 等 / みかん	りんご果汁 
26 (木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布 等 / キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布,片栗粉 等	なし 
誕生会 12 (木)	つぶし粥 豆腐の煮つぶし ふと野菜の煮物	米 / 豆腐,人参,たまねぎ,だし昆布,片栗粉 等 / 焼ふ,キャベツ,だし昆布,片栗粉 等	みかん

月平均栄養価 エネルギー 190kcal たんぱく質 6.0g 脂質 2.2g

○上記以外にミルクがつきます。  
○献立は諸事情により、変更することがあります。

