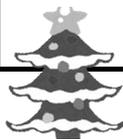


日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
1 15 (火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布 等 / かぶ,人参,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳
2 16 (水)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,人参,はくさい,だし昆布 等 / ほうれん草 等	かき 煮込みうどん 牛乳
4 18 (金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 柔か煮	米 / 白身魚,大根,だし昆布 等 / じゃがいも,大根,人参,たまねぎ,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳
5 19 (土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 みかん	米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,ほうれん草,人参,さつまいも,だし昆布 等 / みかん	食パン 牛乳
7 (月)	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	りんご れんこんお焼き 牛乳
8 22 (火)	牛乳	軟飯 じゃがいものそばろ煮 煮浸し	米 / 牛ひき肉,豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布 等 / キャベツ,だし昆布 等	みかん ふかしいも 牛乳
9 23 (水)	牛乳	軟飯 白菜のスープ煮 柔か煮	米 / 鶏肉,豆腐,はくさい,人参,ほうれん草,たまねぎ,だし昆布 等 / 大根,だし昆布 等	りんご だいこんのお焼き 牛乳
10 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 豚肉,(絹)豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,だし昆布 等 / 小松菜,だし昆布 等	かき ドイツパン 牛乳
11 25 (金)	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 / はくさい,ほうれん草,人参,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳
12 26 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん	米 / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,さつまいも,人参,だし昆布 等 / みかん	コッペパン 牛乳
14 28 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 切干し大根,人参,だし昆布 等	みかん ジャムサンド 牛乳
17 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,たまねぎ,じゃがいも,人参,だし昆布 等 / 切干し大根,小松菜,だし昆布 等	みかん ドイツパン 牛乳
21 (月)	牛乳	軟飯 かぼちゃの含め煮 煮浸し	米 / 鶏肉,焼ふ,かぼちゃ,人参,たまねぎ,だし昆布 等 / はくさい,だし昆布 等	りんご おじゃ 牛乳
24 (木)	牛乳	ケチャップライス ささみの天ぷら 野菜スープ	米,ブイヨン,たまねぎ,人参,トマトケチャップ 等 / ささ身,片栗粉 等 / キャベツ,チンゲンツアイ,たまねぎ,だし昆布 等	みかん スイートポテト風 牛乳
誕生会 3 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布,片栗粉 等 / 小松菜,だし昆布 等	みかん 蒸しパン 牛乳



月平均栄養価

エネルギー 459kcal たんぱく質 16.6g 脂質 11.3g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

