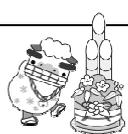


日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
4 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし 昆布 等 / はくさい,だし昆布 等	りんご じゃがいもおやき 牛乳
5 19 (火)	牛乳	軟飯 味噌煮 きざみ煮 	米 / 豚肉,凍り豆腐,大根,人参,たまねぎ,だし昆布, 味噌 等 / はくさい,だし昆布,片栗粉 等	りんご 煮込みうどん 牛乳
6 20 (水)	牛乳	軟飯 豆腐の旨煮 煮浸し	米 / 豚肉,豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆 布 等 / キャベツ,だし昆布 等	いちご おじや 牛乳
7 (木)	牛乳	鮭ごはん 豆腐の旨煮 野菜の味噌汁	米,塩づけ / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / さつまいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	りんご 七草粥 牛乳
8 22 (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 / かぶ,はくさい, たまねぎ,だし昆布 等	みかん トースト 牛乳 
9 23 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 みかん	米 / 豚肉,凍り豆腐,切干し大根,たまねぎ,人参,さ つまいも,だし昆布 等 / みかん	ドイツパン 牛乳
12 26 (火)	牛乳	のりごはん 白身魚の煮付け 煮浸し	米,きざみのり / 白身魚,小松菜,だし昆布 等 / はく さい,だし昆布 等	(12日)みかん,牛乳 (12日)トースト (26日)みかん,牛乳 (26日)ジャムサンド
13 27 (水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 牛肉,凍り豆腐,切干し大根,たまねぎ,人参,だ し昆布 等 / ほうれん草,だし昆布 等	みかん コッペパン 牛乳
14 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人 参,だし昆布 等 / チンゲンツアイ,だし昆布 等	みかん おじや 牛乳
15 29 (金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	米 / 白身魚,大根,だし昆布 等 / 大根,人参,小松 菜,だし昆布,味噌 等	みかん ドイツパン 牛乳
16 30 (土)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 みかん	米 / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,人参,じゃがいも,チンゲ ンツアイ,だし昆布 等 / みかん	コッペパン 牛乳 
18 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だ し昆布 等 / はくさい,だし昆布 等	いちご やわらかすいとん汁 牛乳
25 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 豚肉,(絹)豆腐,焼ふ,大根,人参,だし昆布 等 / はくさい,ほうれん草,だし昆布 等	みかん ふかしいも 牛乳
28 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 牛ひき肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人 参,だし昆布 等 / チンゲンツアイ,だし昆布 等	りんご ゆでじゃが 牛乳
誕生会 21 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	米 / 鶏肉,豆腐,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布, 片栗粉 等 / ほうれん草,だし昆布 等	いちご 蒸しパン 牛乳



月平均栄養価

エネルギー 468kcal たんぱく質 17.7g 脂質 12.0g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

