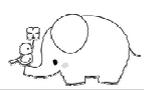


| 日付               | 昼  |   | 3時  |
|------------------|--|---|---|
|                  | 献立名  | 主な食品  |   |
| 1<br>(木)         | 弁当日                |   | りんご果汁<br>トースト   |
| 2<br>30<br>(金)   | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し   | 米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布等 / はくさい,だし昆布等        | りんご<br>じゃがいもおやき   |
| 3<br>17<br>(土)   | おかゆ<br>旨煮<br>りんご    | 米 / 鶏肉,凍り豆腐,切干し大根,小松菜,人参,さつまいも,だし昆布等 / りんご          | コッペパン   |
| 5<br>(月)         | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮  | 米 / 白身魚,はくさい,だし昆布等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布等           | サウスオレンジ<br>トースト   |
| 6<br>20<br>(火)   | おかゆ<br>旨煮<br>野菜の旨煮   | 米 / 鶏肉,豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布等 / 大根,だし昆布等            | りんご<br>おじや         |
| 7<br>21<br>(水)   | おかゆ<br>高野豆腐のつぶし煮<br>煮浸し  | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,たまねぎ,人参,キャベツ,だし昆布等 / 小松菜,だし昆布等        | いよかん<br>おじや   |
| 8<br>22<br>(木)   | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し   | 米 / 豚肉,豆腐,たまねぎ,人参,大根,だし昆布等 / はくさい,だし昆布等             | いちご<br>やわらかくずもち   |
| 9<br>23<br>(金)   | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>煮浸し  | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / キャベツ,たまねぎ,人参,だし昆布等             | 清見オレンジ<br>ジャムサンド  |
| 10<br>24<br>(土)  | おかゆ<br>旨煮<br>いよかん  | 米 / 鶏肉,(絹)豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布等 / 伊予かん             | ドイツパン            |
| 12<br>26<br>(月)  | おかゆ<br>高野豆腐の旨煮<br>煮浸し  | 米 / 鶏ひき肉,凍り豆腐,切干し大根,たまねぎ,人参,だし昆布等 / さつまいも,だし昆布等     | 清見オレンジ<br>野菜の味噌汁  |
| 13<br>27<br>(火)  | おかゆ<br>旨煮<br>煮浸し  | 米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,だし昆布等 / グリーンアスパラ,キャベツ,だし昆布等 | いよかん<br>ふかしいも   |
| 14<br>28<br>(水)  | おかゆ<br>新じゃがいものそぼろ煮<br>野菜の味噌汁   | 米 / 牛ひき肉,新じゃがいも,人参,たまねぎ,だし昆布等 / 豆腐,ほうれん草,だし昆布,味噌等   | サウスオレンジ<br>ゆでじゃが  |
| 16<br>(金)        | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>煮浸し  | 米 / 白身魚,たまねぎ,だし昆布等 / ほうれん草,人参,だし昆布等                 | いちご<br>さつまいものおやき  |
| 19<br>(月)        | おかゆ<br>白身魚の煮付け<br>野菜の旨煮  | 米 / 白身魚,はくさい,だし昆布等 / じゃがいも,人参,ほうれん草,だし昆布等           | サウスオレンジ<br>トースト  |
| 誕生会<br>15<br>(木) | おかゆ<br>麩の煮物<br>煮浸し   | 米 / 牛ひき肉,豆腐,焼ふ,たまねぎ,人参,だし昆布等 / キャベツ,だし昆布等           | 清見オレンジ<br>卵ぬき蒸しパン   |



月平均栄養価 エネルギー 251kcal たんぱく質 8.6g 脂質 3.5g

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

