

日付	10時	昼		3時
		献立名	主な食品	
1 (金)	りんご果汁	弁当日 		牛乳 食パン
2 16 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,切干し大根,だし昆布 等 / りんご	コッペパン 牛乳
4 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,きゅうり,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 旨煮 味噌汁	米 / 牛肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / キャベツ,たまねぎ,小松菜,だし昆布,味噌 等	りんご おじや
6 20 (水)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 味噌汁	米 / 凍り豆腐,たまねぎ,人参,ほうれん草,だし昆布 等 / キャベツ,たまねぎ,小松菜,だし昆布,味噌 等	いよかん お好みおやき 牛乳
7 21 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,だし昆布 等 / キャベツ,きゅうり,だし昆布 等	りんご ジャムサンド 牛乳
8 22 (金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	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,味噌 等	りんご やわらかくずもち 牛乳
9 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 いよかん	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / 伊予かん	ドイツパン 牛乳 
11 25 (月)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	米 / 鶏肉,凍り豆腐,さつまいも,たまねぎ,人参,きゅうり,さば節 等 / じゃがいも,たまねぎ,だし昆布,味噌 等	清見オレンジ おじや
12 26 (火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 豚肉,凍り豆腐,じゃがいも,大根,人参,たまねぎ,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 食パン 牛乳
13 27 (水)	牛乳	軟飯 新じゃがいものそぼろ煮 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,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布,味噌 等	りんご ゆでじゃが 牛乳
15 (金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	米 / 白身魚,大根,人参,だし昆布 等 / じゃがいも,たまねぎ,ほうれん草,だし昆布 等	りんご だいこんのお焼き 牛乳
23 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 はっさく	米 / 鶏肉,(絹)豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / はっさく	ドイツパン 牛乳 
28 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 ふの煮物	米 / 豚肉,凍り豆腐,大根,たまねぎ,人参,だし昆布,味噌 等 / 焼ふ,じゃがいも,ほうれん草,だし昆布 等	デコパン おじや
30 (土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	米 / 鶏肉,凍り豆腐,じゃがいも,たまねぎ,人参,だし昆布 等 / りんご	コッペパン 牛乳
誕生会 14 (木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し 	米 / 焼ふ,豚ひき肉,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	清見オレンジ 蒸しパン 牛乳

月平均栄養価 エネルギー 444kcal たんぱく質 15.5g 脂質 10.6g

○献立は諸事情により、変更することがあります。

