

日付	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(土)	つぶし粥 クタクタ煮 サウスオレンジ	りんご果汁	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草, サウスオレンジ,りんご果汁	だし昆布
3(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	はくさい,たまねぎ,人参,り んご	だし昆布
4(火)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	甘夏みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,甘 夏みかん	だし昆布
5(水)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,切干し大根, ほうれん草,りんご	だし昆布
6(木)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 クタクタ煮	サウスオレンジ	(絹)豆腐	米,片栗粉	キャベツ,たまねぎ,人参,サ ウスオレンジ	だし昆布
7(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
8(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 甘夏みかん	りんご果汁	凍り豆腐	米,さつまいも,片栗粉	たまねぎ,人参,甘夏みかん, りんご果汁	だし昆布
10(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	甘夏みかん	白身魚,(絹)豆腐	米,片栗粉	キャベツ,人参,ほうれん草, 甘夏みかん	だし昆布
11(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,さつまいも	ほうれん草,人参,たまねぎ, りんご	だし昆布
12(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	サウスオレンジ	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,サ ウスオレンジ	だし昆布
13(木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のつぶし煮	りんご	白身魚	米,片栗粉	キャベツ,きゅうり,人参,大 根,たまねぎ,りんご	だし昆布
14(金)	つぶし粥 旨煮 煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	キャベツ,人参,たまねぎ,り んご	だし昆布
15(土)	つぶし粥 クタクタ煮 サウスオレンジ	りんご果汁	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草, サウスオレンジ,りんご果汁	だし昆布

日付	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
17(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	はくさい,たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
18(火)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	甘夏みかん	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,甘夏みかん	だし昆布
19(水)	つぶし粥 高野豆腐のつぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,切干し大根,ほうれん草,りんご	だし昆布
20(木)	つぶし粥 野菜のつぶし煮 クタクタ煮	サウスオレンジ	(絹)豆腐	米,片栗粉	キャベツ,たまねぎ,人参,サウスオレンジ	だし昆布
21(金)	つぶし粥 ほぐし煮魚 煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉,じゃがいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
22(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 甘夏みかん	りんご果汁	凍り豆腐	米,さつまいも,片栗粉	たまねぎ,人参,甘夏みかん,りんご果汁	だし昆布
24(月)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	甘夏みかん	白身魚,(絹)豆腐	米,片栗粉	キャベツ,人参,ほうれん草,甘夏みかん	だし昆布
25(火)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,さつまいも	ほうれん草,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布
26(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	サウスオレンジ	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,キャベツ,サウスオレンジ	だし昆布
27(木)	つぶし粥 旨煮 煮つぶし	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,じゃがいも	キャベツ,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布
28(金)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉	切干し大根,ほうれん草,たまねぎ,人参,りんご	だし昆布
29(土)	つぶし粥 野菜のクタクタ煮 りんご	りんご果汁	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご,りんご果汁	だし昆布

月平均栄養価 エネルギー 169kcal たんぱく質 5.6g 脂質 1.8g

*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。

