





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(金)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 味噌汁	りんご おじや	凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,切干し大根, はくさい,ほうれん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌,塩
2(土)	おかゆ 旨煮 みかん	おじや	鶏肉,凍り豆腐	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ
5(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん じゃがいものおやき	白身魚	米,じゃがいも,三温糖,片栗 粉,サラダ油	はくさい,人参,たまねぎ,切干 し大根,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
6(水)	おかゆ 旨煮 柔か煮	りんご お好みおやき 	(絹)豆腐	米,三温糖,じゃがいも,片栗 粉,サラダ油	キャベツ,たまねぎ,人参,りん ご	だし昆布,しょうゆ
7(木)	おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し	りんご おじや	鶏肉,凍り豆腐	米,三温糖	人参,たまねぎ,キャベツ,りん ご	だし昆布,しょうゆ
8(金)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき	鶏ひき肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,さつま いも,片栗粉,サラダ油	人参,大根,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
9(土)	おかゆ 旨煮 りんご	じゃがいものおやき	鶏肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,片栗 粉,サラダ油	たまねぎ,はくさい,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
11(月)	おかゆ 旨煮 柔か煮	みかん 芋粥	凍り豆腐	米,三温糖,じゃがいも,さつま いも	たまねぎ,人参,大根,みかん	だし昆布,しょうゆ 
12(火)	おかゆ 旨煮 スープ煮	りんご だいこんのお焼き	凍り豆腐,鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	はくさい,きゅうり,大根,人参, りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
13(水)	おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し	みかん おやき 	鶏肉,(絹)豆腐	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	人参,ほうれん草,はくさい,み かん	だし昆布,しょうゆ
14(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	キャベツ,たまねぎ,切干し大 根,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
15(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 旨煮	りんご おじや	白身魚	米,じゃがいも,三温糖	キャベツ,たまねぎ,人参,ほう れん草,りんご	だし昆布,しょうゆ

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
16(土)	おかゆ 旨煮 みかん	おじや	鶏肉,凍り豆腐	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ
18(月)	おかゆ 高野豆腐のつぶし煮 味噌汁	りんご おじや	凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,切干し大根, はくさい,ほうれん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌,塩
19(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん じゃがいものおやき	白身魚	米,じゃがいも,三温糖,片栗 粉,サラダ油	はくさい,人参,たまねぎ,切干 し大根,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
20(水)	おかゆ 旨煮 柔か煮	りんご お好みおやき	(絹)豆腐	米,三温糖,じゃがいも,片栗 粉,サラダ油	キャベツ,たまねぎ,人参,りん ご	だし昆布,しょうゆ
21(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 旨煮	みかん おじや	白身魚	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
22(金)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき	鶏ひき肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,さつま いも,片栗粉,サラダ油	人参,大根,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
25(月)	おかゆ 旨煮 柔か煮	みかん 芋粥	凍り豆腐	米,三温糖,じゃがいも,さつま いも	たまねぎ,人参,大根,みかん	だし昆布,しょうゆ 
26(火)	おかゆ 旨煮 スープ煮	りんご だいこんのお焼き	凍り豆腐,鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	はくさい,きゅうり,大根,人参, りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
27(水)	おかゆ 旨煮 野菜の煮浸し	みかん おやき	鶏肉,(絹)豆腐	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	人参,ほうれん草,はくさい,み かん	だし昆布,しょうゆ
28(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	キャベツ,たまねぎ,切干し大 根,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
29(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 旨煮	りんご おじや	白身魚	米,じゃがいも,三温糖	キャベツ,たまねぎ,人参,ほう れん草,りんご	だし昆布,しょうゆ
30(土)	おかゆ 旨煮 りんご	じゃがいものおやき	鶏肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,片栗 粉,サラダ油	たまねぎ,はくさい,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩

月平均栄養価 エネルギー 237kcal たんぱく質 7.1g 脂質 2.7g

*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。

