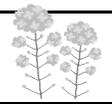


| 日付 | 給食 | 3時 | からだの血や肉になるもの | からだの熱や力になるもの | 体の調子をととのえるもの | その他 |
|-------|----------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1(土) | つぶし粥 クタクタ煮 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 |
| 3(月) | つぶし粥 高野豆腐の旨煮 クタクタ煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉,さつまいも | 人参,たまねぎ,りんご | だし昆布 |
| 4(火) | つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし | はっさく | 白身魚 | 米,片栗粉,じゃがいも | たまねぎ,キャベツ,人参,はっさく | だし昆布 |
| 5(水) | つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉 | 切干し大根,ほうれん草,はくさい,人参,りんご | だし昆布 |
| 6(木) | 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,片栗粉 | はくさい,人参,きゅうり,りんご | だし昆布 |
| 7(金) | つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮 | いよかん | 白身魚 | 米,片栗粉 | ほうれん草,人参,たまねぎ,大根,伊予かん | だし昆布 |
| 8(土) | つぶし粥 クタクタ煮 はっさく | りんご果汁 | 凍り豆腐 | 米,さつまいも,片栗粉 | たまねぎ,ほうれん草,人参,はっさく,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 | いちご | 白身魚 | 米,片栗粉,じゃがいも | 大根,ほうれん草,人参,苺 | 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,じゃがいも,片栗粉 | たまねぎ,人参,キャベツ,きゅうり,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 | デコポン | 凍り豆腐 | 米,じゃがいも,片栗粉 | たまねぎ,はくさい,人参,デコポン | だし昆布 |
| 13(木) | つぶし粥 旨煮 クタクタ煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉 | たまねぎ,人参,はくさい,キャベツ,きゅうり,りんご | だし昆布 |
| 14(金) | つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮 | いちご | 白身魚  | 米,片栗粉,じゃがいも | キャベツ,人参,ほうれん草,苺 | だし昆布 |
| 15(土) | つぶし粥 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 |

| 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 高野豆腐の旨煮 クタクタ煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉,さつまいも | 人参,たまねぎ,りんご | だし昆布 |
| 18(火) | つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜のクタクタ煮 | いよかん | 白身魚 | 米,片栗粉 | ほうれん草,人参,たまねぎ,大根,伊予かん | だし昆布 |
| 19(水) | つぶし粥 クタクタ煮 つぶし煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉 | 切干し大根,ほうれん草,はくさい,人参,りんご | だし昆布 |
| 21(金) | つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし | はっさく | 白身魚 | 米,片栗粉,じゃがいも | たまねぎ,キャベツ,人参,はっさく | だし昆布 |
| 22(土) | つぶし粥 クタクタ煮 はっさく | りんご果汁 | 凍り豆腐 | 米,さつまいも,片栗粉 | たまねぎ,ほうれん草,人参,はっさく,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 | いちご | 白身魚 | 米,片栗粉,じゃがいも | 大根,ほうれん草,人参,苺 | 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,じゃがいも,片栗粉 | たまねぎ,人参,キャベツ,きゅうり,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 | デコボン | 凍り豆腐 | 米,じゃがいも,片栗粉 | たまねぎ,はくさい,人参,デコボン | だし昆布 |
| 27(木) | つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮 | いちご | 白身魚 | 米,片栗粉,じゃがいも | キャベツ,人参,ほうれん草,苺 | だし昆布 |
| 28(金) | つぶし粥 旨煮 クタクタ煮 | りんご | 凍り豆腐 | 米,片栗粉 | たまねぎ,人参,はくさい,キャベツ,きゅうり,りんご | だし昆布 |
| 29(土) | つぶし粥 野菜の旨煮 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,りんご,りんご果汁 | だし昆布 |
| 31(月) | つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮 | いよかん | 凍り豆腐 | 米,じゃがいも,片栗粉 | 人参,たまねぎ,キャベツ,伊予かん | だし昆布 |

月平均栄養価 エネルギー 165kcal たんぱく質 5.5g 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。

