








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
5(月)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉	ほうれん草, 人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	だし昆布
6(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	みかん	白身魚	米, 片栗粉	はくさい, たまねぎ, 人参, みかん	だし昆布
7(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん 	凍り豆腐	米, じゃがいも, 片栗粉	たまねぎ, 大根, キャベツ, きゅうり, 人参, みかん	だし昆布
8(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	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, みかん	だし昆布
9(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米, 片栗粉, さつまいも	大根, 人参, たまねぎ, りんご	だし昆布
10(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, りんご, りんご果汁	だし昆布 
13(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	みかん	白身魚	米, 片栗粉	大根, たまねぎ, 人参, みかん	だし昆布
14(水)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米, 片栗粉	人参, はくさい, ほうれん草, 大根, みかん	だし昆布
15(木)	つぶし粥 煮つぶし つぶし煮	りんご 	(絹)豆腐	米, 片栗粉	人参, キャベツ, たまねぎ, ほうれん草, りんご	だし昆布
16(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米, 片栗粉	大根, 人参, キャベツ, きゅうり, みかん	だし昆布
17(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, さつまいも, 片栗粉	たまねぎ, 人参, りんご, りんご果汁	だし昆布
19(月)	つぶし粥 つぶし煮 クタクタ煮	りんご	(絹)豆腐	米, 片栗粉	ほうれん草, 人参, たまねぎ, キャベツ, りんご	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
20(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 クタクタ煮	みかん	白身魚	米,片栗粉	はくさい,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布
21(水)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん 	凍り豆腐	米,じゃがいも,片栗粉	たまねぎ,大根,キャベツ,きゅうり,人参,みかん	だし昆布
22(木)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	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,みかん	だし昆布
23(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし つぶし煮	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,さつまいも	大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布
24(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,りんご,りんご果汁	だし昆布
26(月)	つぶし粥 煮つぶし さつまいものマッシュ	りんご	凍り豆腐	米,片栗粉,さつまいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布 
27(火)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	みかん	白身魚	米,片栗粉	大根,たまねぎ,人参,みかん	だし昆布
28(水)	つぶし粥 煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,片栗粉	人参,はくさい,ほうれん草,大根,みかん	だし昆布
29(木)	つぶし粥 ほぐし煮魚 野菜の煮つぶし	りんご	白身魚	米,片栗粉	はくさい,きゅうり,ほうれん草,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布
30(金)	つぶし粥 野菜の煮つぶし クタクタ煮	みかん	凍り豆腐	米,片栗粉	大根,人参,キャベツ,きゅうり,みかん	だし昆布
31(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,さつまいも,片栗粉	たまねぎ,人参,りんご,りんご果汁	だし昆布 

月平均栄養価 エネルギー 168kcal たんぱく質 5.1g 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。

