

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
2(月)	おかゆ 野菜の旨煮 柔らか煮	デコボン おじや	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, はくさい, 人参, デコボン	だし昆布, しょうゆ, 塩
3(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご お好みおやき	白身魚	米, 三温糖, じゃがいも, 片 栗粉, サラダ油	たまねぎ, キャベツ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ 
4(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 味噌汁	いちご さつまいものおやき	凍り豆腐	米, 三温糖, さつまいも, 片 栗粉, サラダ油	人参, たまねぎ, ほうれん 草, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
5(木)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 きざみ煮きゅうり	りんご おじや	凍り豆腐	米, 三温糖	はくさい, 人参, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ
6(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	はっさく おじや	白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, 人参, たまね ぎ, 大根, はっさく	だし昆布, しょうゆ
7(土)	おかゆ そばろ煮 りんご	おじや	鶏ひき肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, ほうれん草, 人 参, りんご	だし昆布, しょうゆ
9(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご 煮込みうどん	白身魚	米, 三温糖, うどん	大根, ほうれん草, たまね ぎ, 人参, 苺, はくさい	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌, 塩
10(火)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	はっさく じゃがいものおやき	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖, 片 栗粉, サラダ油	たまねぎ, 人参, キャベツ, きゅうり, はっさく	だし昆布, しょうゆ, 塩
11(水)	おかゆ 柔らか煮 煮浸し	りんご スープ煮	凍り豆腐	米, はるさめ	ほうれん草, 人参, はくさ い, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
12(木)	おかゆ 柔らか煮 煮浸し	りんご おじや	凍り豆腐	米, 三温糖	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, しょうゆ
13(金)	おかゆ 旨煮 柔らか煮	いよかん おじや	白身魚	米, 三温糖, じゃがいも	キャベツ, 人参, ほうれん 草, 伊予かん	だし昆布, しょうゆ
14(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉 	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
16(月)	おかゆ 野菜の旨煮 柔らか煮	デコボン おじや	凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, はくさい, 人参, デコボン	だし昆布, しょうゆ, 塩

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(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご お好みおやき	白身魚	米, 三温糖, ジャガイモ, 片栗粉, サラダ油	たまねぎ, キャベツ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
18(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 味噌汁	いちご さつまいものおやき	凍り豆腐	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	人参, たまねぎ, ほうれん草, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
19(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	はっさく おじや	白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, 人参, たまねぎ, 大根, はっさく	だし昆布, しょうゆ
21(土)	おかゆ そばろ煮 りんご	おじや	鶏ひき肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
23(月)	おかゆ 柔か煮 煮浸し	りんご おじや	凍り豆腐	米, 三温糖	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, しょうゆ
24(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご 煮込みうどん	白身魚	米, 三温糖, うどん	大根, ほうれん草, たまねぎ, 人参, 苺, はくさい	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
25(水)	おかゆ 野菜の旨煮 煮浸し	はっさく ジャガイモのおやき	凍り豆腐	米, ジャガイモ, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	たまねぎ, 人参, キャベツ, きゅうり, はっさく	だし昆布, しょうゆ, 塩
26(木)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご おじや	凍り豆腐	米, 三温糖, 片栗粉, ジャガイモ	人参, たまねぎ, ほうれん草, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
27(金)	おかゆ 旨煮 柔か煮	いよかん おじや	白身魚	米, 三温糖, ジャガイモ	キャベツ, 人参, ほうれん草, 伊予かん	だし昆布, しょうゆ
28(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米, ジャガイモ, 三温糖	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
30(月)	おかゆ 柔か煮 煮浸し	りんご スープ煮	凍り豆腐	米, はるさめ	ほうれん草, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
31(火)	おかゆ 旨煮 煮浸し	デコポン ジャガイモのおやき	凍り豆腐	米, ジャガイモ, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	人参, たまねぎ, キャベツ, デコポン	だし昆布, しょうゆ, 塩

月平均栄養価 エネルギー 234kcal たんぱく質 8.0g 脂質 2.6g

*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。

