

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(水)		りんご果汁 ゆでじゃが		じゃがいも	りんご果汁	塩
2(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	牛肉	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ
3(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	清見オレンジ 煮込みうどん	豚肉	米, じゃがいも, 三温糖, う どん	大根, 人参, たまねぎ, キャ ベツ, 清見オレンジ, はくさ い	だし昆布, しょうゆ, 塩
4(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米, じゃがいも	人参, 大根, りんご, ほうれ ん草	だし昆布, しょうゆ, 塩
6(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご だいこんのお焼き	白身魚 	米, 三温糖, 片栗粉, サラダ 油	ほうれん草, 大根, 人参, た まねぎ, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
7(火)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏ひき肉	米, 三温糖, さつまいも	大根, たまねぎ, 人参, りん ご	だし昆布, しょうゆ
8(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 煮浸し	清見オレンジ 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	人参, ほうれん草, キャベ ツ, 清見オレンジ	だし昆布, しょうゆ, 塩
9(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏肉	米, 三温糖	たまねぎ, 人参, キャベツ, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ
10(金)	おかゆ 新じゃがいものそばろ煮 野菜の味噌汁	デコポン おじや	牛ひき肉, (絹)豆腐	米, 新じゃがいも, サラダ 油, 三温糖	人参, たまねぎ, ほうれん 草, デコポン	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
11(土)	おかゆ 野菜の旨煮 りんご	おじや	鶏肉 	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ
13(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	牛肉	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
14(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご おじや	白身魚	米, 三温糖, さつまいも	たまねぎ, 人参, ほうれん 草, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
15(水)	おかゆ 旨煮 味噌汁	デコポン おじや	鶏肉	米, じゃがいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, デコポン	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌

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(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	清見オレンジ 煮込みうどん	豚肉	米,じゃがいも,三温糖,う どん	大根,人参,たまねぎ,キャ ベツ,清見オレンジ,はくさ い	だし昆布,しょうゆ,塩
17(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	牛肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,はくさい, きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ
18(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米,じゃがいも	人参,大根,りんご,ほうれ ん草	だし昆布,しょうゆ,塩
20(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご だいこんのお焼き	白身魚	米,三温糖,片栗粉,サラダ 油	ほうれん草,大根,人参,た まねぎ,苺	だし昆布,しょうゆ,赤味 噌,白味噌
21(火)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏ひき肉	米,三温糖,さつまいも	大根,たまねぎ,人参,りん ご	だし昆布,しょうゆ
22(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 煮浸し	清見オレンジ 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	人参,ほうれん草,キャベ ツ,清見オレンジ	だし昆布,しょうゆ,塩
23(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	いちご お好みおやき	豚ひき肉	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, 苺	だし昆布,しょうゆ
24(金)	おかゆ 新じゃがいものそばろ煮 野菜の味噌汁	デコポン おじや	牛ひき肉,(絹)豆腐	米,新じゃがいも,サラダ 油,三温糖	人参,たまねぎ,ほうれん 草,デコポン	だし昆布,しょうゆ,赤味 噌,白味噌
25(土)	おかゆ 野菜の旨煮 りんご	おじや	鶏肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,はくさい, りんご	だし昆布,しょうゆ
27(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	牛肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ, りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
28(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	いちご おじや	白身魚	米,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,ほうれん 草,苺	だし昆布,しょうゆ,赤味 噌,白味噌
30(木)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	鶏肉	米,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ, きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ

月平均栄養価 エネルギー 245kcal たんぱく質 7.9g 脂質 3.4g

\*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。

