



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(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご さつまいものおやき	白身魚	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	はくさい, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
2(火)	おかゆ 旨煮 味噌汁	りんご おじや	ささ身	米, 三温糖, さつまいも	ほうれん草, 人参, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
3(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 煮浸し	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, 大根, りんご	だし昆布, しょうゆ
4(木)	おかゆ 旨煮 すまし汁	りんご おじや	豚肉, (絹)豆腐	米, 三温糖	キャベツ, たまねぎ, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, 赤味噌, しょうゆ, 塩
5(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	りんご 煮込みうどん	白身魚	米, 三温糖, じゃがいも, うどん	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
6(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, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ
8(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, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ
9(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	りんご さつまいものおやき	白身魚, (絹)豆腐	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	キャベツ, 人参, たまねぎ, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
10(水)	おかゆ 旨煮 じゃがいもと玉ねぎのスープ	りんご おじや	鶏肉	米, 三温糖, じゃがいも	キャベツ, 人参, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
11(木)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	りんご だいこんのお焼き	白身魚	米, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	キャベツ, きゅうり, 人参, 大根, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ
12(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	甘夏みかん じゃがいものおやき	牛ひき肉	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, 甘夏みかん	だし昆布, しょうゆ, 塩
13(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや	豚肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
15(月)	おかゆ 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご さつまいものおやき	白身魚	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	はくさい, たまねぎ, 人参, りんご	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(火)	おかゆ 旨煮 野菜スープ	りんご おじや	牛肉	米, 三温糖	ほうれん草, 切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
17(水)	おかゆ 高野豆腐の旨煮 煮浸し	りんご おじや	凍り豆腐	米, ジャガイモ, 三温糖	たまねぎ, 人参, 大根, りんご	だし昆布, しょうゆ
18(木)	おかゆ 旨煮 すまし汁	りんご おじや	豚肉, (絹)豆腐	米, 三温糖	キャベツ, たまねぎ, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, 赤味噌, しょうゆ, 塩
19(金)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	りんご 煮込みうどん	白身魚	米, 三温糖, ジャガイモ, うどん	たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
20(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, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ
22(月)	おかゆ 旨煮 煮浸し	りんご おじや	牛肉	米, ジャガイモ, 三温糖	たまねぎ, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ
23(火)	おかゆ 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	りんご さつまいものおやき	白身魚, (絹)豆腐	米, 三温糖, さつまいも, 片栗粉, サラダ油	キャベツ, 人参, たまねぎ, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
24(水)	おかゆ 旨煮 ジャガイモと玉ねぎのスープ	りんご おじや	鶏肉	米, 三温糖, ジャガイモ	キャベツ, 人参, たまねぎ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
25(木)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 柔か煮	りんご スープ煮	豚ひき肉, 絹豆腐(冷)	米, 三温糖, 片栗粉, はるさめ	人参, たまねぎ, キャベツ, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
26(金)	おかゆ 旨煮 煮浸し	甘夏みかん ジャガイモのおやき	牛ひき肉	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, 甘夏みかん	だし昆布, しょうゆ, 塩
27(土)	おかゆ 旨煮 りんご	おじや 	豚肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
29(月)	おかゆ 旨煮 きざみ煮	りんご おじや	鶏肉	米, 三温糖, ジャガイモ	たまねぎ, 人参, ほうれん草, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
30(火)	おかゆ 旨煮 野菜スープ	りんご おじや	牛肉	米, 三温糖	ほうれん草, 切干し大根, たまねぎ, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩

月平均栄養価 エネルギー 264kcal たんぱく質 9.0g 脂質 3.9g

* 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。

