



☆ 主食は、毎日つきます  
おじや・雑炊・うどん以外の日は、おかゆがつきます  
☆ ●印は鶏卵、▲印は乳製品が含まれていることを表しています  
☆ 果物は、毎日つきます  
☆ 食パンは、卵を使っていません

日	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)	16 (土)	18 (月)
献立名	① 春雨のスープ煮 ② 野菜の煮つけ ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② マッシュポテト ③ 白菜のスープ	① 根菜の煮物 ② 白菜のスープ煮 ③ ほうれん草のスープ	① ビーフンのスープ煮 ② 野菜の煮つけ ③ みそ汁	① おじや ② マッシュポテト	成人の日	① ジャガイモの煮物 ② 野菜スティック ③ みそ汁	① 白菜の煮物 ② キャベツのスープ煮 ③ みそ汁	① 野菜の煮つけ ② カリフラワーのスープ煮 ③ みそ汁	① 野菜のコロコロ煮 ② かぼちゃの煮物 ③ 野菜スープ	① 煮込みうどん ② マッシュポテト	① 雑炊 ② ブロッコリーのスープ煮
材 料	① 春雨 ② 人参 きゅうり ③ 玉ねぎ みそ	① 人参 玉ねぎ ② ジャガイモ ③ 白菜	① 人参 大根 ② 白菜 ③ ほうれん草	① ビーファン ② 玉ねぎ 人参 ピーマン ③ かぼちゃ みそ	① 米 人参 玉ねぎ ② ジャガイモ		① ジャガイモ 人参 キャベツ ② きゅうり ③ 玉ねぎ みそ	① 白菜 人参 ② キャベツ ③ さつまいも みそ	① 玉ねぎ キャベツ 人参 ② カリフラワー ③ 大根 みそ	① 人参 大根 玉ねぎ ② かぼちゃ ③ ブロッコリー	① うどん 玉ねぎ 人参 ② ジャガイモ	① 米 玉ねぎ 人参 ② ブロッコリー
おやつ	① みかん	① マカロニのきな粉煮	① さつまいもの甘煮	① バナナ	① せんべい		① バナナ	① せんべい	① りんごの甘煮	① きな粉入りパンがゆ	① せんべい	① りんご入りパンがゆ
材 料	① みかん	① マカロニ きな粉	① さつまいも	① バナナ	① もち米		① バナナ	① もち米	① りんご	① ▲ 食パン きな粉	① もち米	① ▲ 食パン りんご

日	19 (火)	20 (水)	21 (木)	22 (金)	23 (土)	25 (月)	26 (火)	27 (水)	28 (木)	29 (金)	30 (土)
献立名	① 野菜の煮物 ② マッシュポテト ③ みそ汁	① ジャガイモの煮物 ② きゅうりのコロコロ煮 ③ みそ汁	① 春雨のスープ煮 ② 野菜の煮つけ ③ 白菜のスープ	① 野菜のたくた煮 ② ほうれん草のスープ煮 ③ みそ汁	① 雑炊 ② 人参のコロコロ煮	① 煮込みうどん ② かぼちゃの甘煮	① 野菜の煮物 ② マッシュポテト ③ みそ汁	① 白菜の煮物 ② 玉ねぎのスープ煮 ③ みそ汁	① マカロニのスープ煮 ② 野菜のたくた煮 ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② ジャガイモのコロコロ煮 ③ ブロッコリーのスープ	① おじや ② かぼちゃの甘煮
材 料	① 人参 いんげん ② ジャガイモ ③ 白菜 みそ	① ジャガイモ 人参 ② きゅうり ③ 大根 みそ	① 春雨 ② 玉ねぎ 人参 ③ 白菜	① 玉ねぎ 人参 キャベツ ② ほうれん草 ③ かぼちゃ みそ	① 米 白菜 玉ねぎ ② 人参	① うどん 大根 人参 ② かぼちゃ	① 人参 玉ねぎ ② ジャガイモ グリーンピース ③ 白菜 みそ	① 白菜 人参 いんげん ② 玉ねぎ ③ さつまいも ふ みそ	① マカロニ ② キャベツ 人参 きゅうり ③ 玉ねぎ みそ	① アスパラ 玉ねぎ ② ジャガイモ ③ ブロッコリー	① 米 玉ねぎ 人参 キャベツ ② かぼちゃ
おやつ	① オレンジ	① バナナ	① せんべい	① りんごの甘煮	① せんべい	① きな粉がゆ	① りんご入りパンがゆ	① バナナ	① フルーツヨーグルト	① オレンジ	① せんべい
材 料	① オレンジ	① バナナ	① もち米	① りんご	① もち米	① 米 きな粉	① ▲ 食パン りんご	① バナナ	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① オレンジ	① もち米