



☆ 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	1 (月)	2 (火)	3 (水)	4 (木)	5 (金)	6 (土)	8 (月)	9 (火)	10 (水)	11 (木)	12 (金)	13 (土)	15 (月)
献立名	① 雑炊 ② マッシュポテト	① 野菜の煮つけ ② かぼちゃの煮物 ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② ジャがいものココロ煮 ③ キャベツのスープ	① 野菜スティック ② さつまいもの甘煮 ③ みそ汁	① かぼちゃの煮物 ② 玉ねぎのスープ煮 ③ パプリカのスープ	① おじや ② マッシュポテト	① 煮込みうどん ② さつまいもの甘煮	① 春雨のスープ煮 ② ジャがいもの煮物 ③ みそ汁	① マカロニのスープ煮 ② 野菜の煮物 ③ みそ汁	建国記念の日	① 野菜の煮物 ② キャベツのスープ煮 ③ みそ汁	① 煮込みうどん ② さつまいものココロ煮	① 雑炊 ② かぼちゃの煮つけ
材 料	① 米 人参 玉ねぎ いんげん ② ジャがいも	① 玉ねぎ 人参 ② かぼちゃ グリーンピース ③ 大根 みそ	① 人参 玉ねぎ ② ジャがいも ③ キャベツ	① きゅうり 人参 ② さつまいも ③ 玉ねぎ ふ みそ	① かぼちゃ 人参 いんげん ② 玉ねぎ ③ 赤パプリカ	① 米 玉ねぎ 人参 ② ジャがいも	① うどん 玉ねぎ 人参 キャベツ ② さつまいも	① 春雨 ② ジャがいも 玉ねぎ 人参 ③ 白菜 みそ	① マカロニ ② きゅうり 人参 キャベツ ③ 玉ねぎ みそ		① 玉ねぎ 人参 ② キャベツ ③ かぼちゃ みそ	① うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ② さつまいも	① 米 人参 玉ねぎ ② かぼちゃ
おやつ	① りんごの甘煮	① バナナ	① せんべい	① オレンジ	① もも缶	① せんべい	① りんご	① パンがゆ	① せんべい		① りんごの甘煮	① せんべい	① きな粉がゆ
材 料	① りんご	① バナナ	① もち米	① オレンジ	① もも缶	① もち米	① りんご	① ▲ 食パン ▲ 粉乳	① もち米		① りんご	① もち米	① ▲ 食パン きな粉

日	16 (火)	17 (水)	18 (木)	19 (金)	20 (土)	22 (月)	23 (火)	24 (水)	25 (木)	26 (金)	27 (土)	29 (月)
献立名	① 春雨のスープ煮 ② 野菜スティック ③ みそ汁	① かぼちゃの煮物 ② キャベツのスープ煮 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 切干大根の煮物 ② 小松菜のスープ煮 ③ みそ汁	① おじや ② ジャがいものココロ煮	① 煮込みうどん ② かぼちゃの煮物	① ビーフンのスープ煮 ② 白菜の煮物 ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② ほうれん草のペースト ③ みそ汁	① ジャがいもの煮物 ② きゅうりのココロ煮 ③ みそ汁	① 野菜のくたくた煮 ② かぼちゃの煮つけ ③ 野菜スープ	① 煮込みうどん ② マッシュポテト	① 雑炊
材 料	① 春雨 ② 人参 きゅうり ③ 白菜 みそ	① かぼちゃ 人参 いんげん ② キャベツ ③ 玉ねぎ みそ	① 玉ねぎ 人参 ② ジャがいも ③ 白菜	① 切干大根 人参 ② 小松菜 ③ さつまいも ふ みそ	① 米 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ② ジャがいも	① うどん 玉ねぎ 人参 キャベツ ② かぼちゃ	① ビーフン ② 白菜 人参 玉ねぎ ③ キャベツ ふ みそ	① 白菜 人参 ② ほうれん草 ③ 玉ねぎ みそ	① ジャがいも 人参 ② きゅうり ③ 大根 みそ	① 人参 玉ねぎ ② かぼちゃ ③ チンゲン菜	① うどん 玉ねぎ 人参 ② さつまいも	① 米 玉ねぎ 人参 ② ジャがいも
おやつ	① さつまいもの甘煮	① バナナ	① せんべい	① りんごの甘煮	① せんべい	① さつまいも入り おかゆ	① バナナ	① いちご	① フルーツヨーグルト	① りんご入り パンがゆ	① せんべい	① バナナ
材 料	① さつまいも	① バナナ	① もち米	① りんご	① もち米	① 米 さつまいも	① バナナ	① いちご	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① ▲ 食パン りんご	① もち米	① バナナ