



☆ 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 (金)	2 (土)	4 (月)	5 (火)	6 (水)	7 (木)	8 (金)	9 (土)	11 (月)	12 (火)	13 (水)	14 (木)	15 (金)
献立名	① じゃがいもの煮物 ② パプリカのスープ煮 ③ みそ汁	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 ビーフンのスープ煮 ② 野菜の煮物 ③ 野菜スープ	① 野菜の煮つけ ② さつまいものココロ煮 ③ キャベツのスープ	① マカロニのスープ煮 ② 野菜のコロコロ煮 ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② 玉ねぎのスープ煮 ③ みそ汁	① 雑炊 ② かぼちゃの煮つけ	① おじや ② マッシュポテト ③ みそ汁	① スパゲッティのスープ煮 ② 野菜の煮物 ③ みそ汁	① 野菜の煮つけ ② 白菜のスープ煮 ③ みそ汁	① 野菜のくたくた煮 ② ほうれん草のペースト ③ みそ汁	① 野菜のコロコロ煮 ② マッシュポテト ③ みそ汁
材 料	① じゃがいも 玉ねぎ 人参 ② 赤パプリカ 黄パプリカ ③ 玉ねぎ みそ	① 米 人参 玉ねぎ ② じゃがいも	① うどん 玉ねぎ キャベツ いんげん ② さつまいも	① ビーフン ② 玉ねぎ 人参 ③ ピーマン	① 玉ねぎ 人参 ② さつまいも ③ キャベツ	① マカロニ ② 人参 きゅうり ③ 白菜 ふ みそ	① 人参 キャベツ スナップえんどう ② 玉ねぎ ③ 大根 みそ	① 米 人参 玉ねぎ ② かぼちゃ	① 米 人参 チンゲン菜 ② じゃがいも	① スパゲッティ ② 人参 玉ねぎ ③ キャベツ みそ	① 人参 玉ねぎ ② 白菜 ③ 大根 みそ	① キャベツ 人参 ② ほうれん草 ③ かぼちゃ みそ	① 人参 きゅうり ② じゃがいも ③ 玉ねぎ みそ
おやつ	① マカロニのきな粉煮	① せんべい	① 人参入りおかゆ	① バナナ	① りんごの甘煮	① せんべい	① パンがゆ	① せんべい	① バナナ	① きな粉がゆ	① フルーツヨーグルト	① りんごの甘煮	① かぼちゃの煮つけ
材 料	① マカロニ きな粉	① もち米	① 米 人参	① バナナ	① りんご	① もち米	① ▲ 食パン ▲ 粉乳	① もち米	① バナナ	① ▲ 食パン きな粉	① ▲ ヨーグルト もも缶 みかん缶	① りんご	① かぼちゃ

日	16 (土)	18 (月)	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 煮込みうどん ② さつまいもの甘煮	① おじや ② かぼちゃの煮つけ	① 切干大根のスープ煮 ② 野菜のコロコロ煮 ③ みそ汁	① 野菜の煮物 ② キャベツのスープ煮 ③ じゃがいものスープ	① 春雨のスープ煮 ② 野菜の煮つけ ③ みそ汁	① 野菜スティック ② かぼちゃの煮つけ ③ アスパラのスープ	① 煮込みうどん ② マッシュポテト	① おじや ② さつまいもの甘煮	① 野菜の煮物 ② 絹さやのスープ煮 ③ みそ汁	① 野菜のコロコロ煮 ② マッシュポテト ③ みそ汁	① 野菜の煮つけ ② キャベツのスープ煮 ③ みそ汁	昭和の日	① 雑炊 ② マッシュポテト
材 料	① うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ② さつまいも	① 米 玉ねぎ 人参 ② かぼちゃ	① 切干大根 いんげん ② 人参 ③ キャベツ みそ	① 玉ねぎ 人参 ② キャベツ ③ じゃがいも	① 春雨 ② 人参 きゅうり ③ 玉ねぎ みそ	① 人参 いんげん ② かぼちゃ ③ アスパラ	① うどん 人参 玉ねぎ キャベツ ② じゃがいも	① 米 人参 大根 いんげん ② さつまいも	① 玉ねぎ 人参 ② 絹さや ③ キャベツ みそ	① 人参 きゅうり ② じゃがいも 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 米 玉ねぎ 人参 ② じゃがいも
おやつ	① せんべい	① バナナ	① りんごの甘煮	① せんべい	① さつまいも入りおかゆ	① オレンジ	① せんべい	① いちご	① バナナ	① オレンジ	① りんごの甘煮		① せんべい
材 料	① もち米	① バナナ	① りんご	① もち米	① 米 さつまいも	① オレンジ	① もち米	① いちご	① バナナ	① オレンジ	① りんご		① もち米