

日	曜	献立名	主として血・肉となるもの	主として体の調子を整えるもの	主として働く力となるもの	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)
2	月	おかゆ・豚肉のマーマレード煮・付合せ(カリフラワー)・ポパイサラダ・コンソメスープ(インゲン・ユーン)・チーズ入りおからケーキ(軟)・牛乳	豚もも肉・シーチキン・おから・サイコロチーズ・卵・牛乳	しょうが・カリフラワー・ほうれん草・にんじん・いんげん・トウモロコシ	おかゆ・マーマレード・ゼリー粥・マヨネーズ風・ホットケーキミックス・砂糖・バター	467	21.3
4	水	おかゆ・鯖の漬け焼き(軟)・付合せ(インゲン)・ひじきの煮付け(軟)・味噌汁(じゃが芋 玉葱 ネギ)・みかんのヨーグルトかけ・牛乳	さわら・油揚げ・鶏ひき肉・ヨーグルト・牛乳	いんげん・長ひじき・にんじん・グリーンピース・玉ねぎ・ねぎ・みかん缶	おかゆ・砂糖・ゼリー粥・片栗粉・三温糖・じゃが芋	362	18.6
5	木	パン粥(コンソメ)・ジャム(りんご)・クリームシチュー(軟)・和風サラダ(軟)・角切り洋なしゼリー・牛乳	鶏ひき肉・かに風味かまぼこ・牛乳	玉ねぎ・にんじん・エリンギ・グリーンピース・わかめ・キャベツ・きゅうり・洋なし缶・寒天	食パン・バター・りんごジャム・じゃが芋・油・砂糖・すりごま	434	17.1
6	金	おかゆ・切干大根のオムレツ(軟)・ブロッコリーのマヨネーズサラダ(軟)・味噌汁(なめこ わかめ)・ミルクゼリー(ゼラチン)・牛乳	卵・シーチキン・ゼラチン・牛乳	切干大根・生しいたけ・小松菜・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・なめこ・わかめ	おかゆ・ごま油・三温糖・片栗粉・マヨネーズ風・砂糖	368	18.3
9	月	おかゆ・魚の味噌だれかけ(軟)・付合せ(キュウリ)・大根とかまぼこの煮物(軟)・すまし汁(エノキ ハンペン ネギ)・ストロベリープリン・牛乳	さば・かまぼこ・白はんぺん・牛乳	しょうが・きゅうり・大根・にんじん・グリーンピース・えのき茸・ねぎ	おかゆ・三温糖・すりごま・ゼリー粥・片栗粉・砂糖・ハバロアの素	360	18.2
10	火	カレーライス(軟)・ツナサラダ(軟)・りんごのヨーグルトかけ・牛乳	鶏ひき肉・シーチキン・ヨーグルト・牛乳	玉ねぎ・にんじん・グリーンピース・きゅうり・キャベツ・りんご缶	じゃが芋・おかゆ・フレンチ白ドレッシング・砂糖	432	15.7
11	水	おかゆ・鶏肉の生姜焼き(軟)・付合せ(さつま芋)・小松菜としらすの和え物・味噌汁(豆腐 わかめ)・キャロット蒸しパン(軟)・牛乳	鶏もも肉・しらす干し・かつお節・豆腐・牛乳	しょうが・小松菜・もやし・わかめ・ねぎ・にんじん	おかゆ・砂糖・ゼリー粥・さつまいも・ホットケーキミックス	407	21.0
12	木	おかゆ・鶏肉のくわ焼き(軟)・和風マカロニサラダ(軟)・味噌汁(法連草 豆腐)・バナナ(軟)・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・牛乳	玉ねぎ・いんげん・にんじん・きゅうり・ほうれん草・バナナ	おかゆ・砂糖・片栗粉・マカロニ・油	388	19.6
13	金	おかゆ・魚のマヨネーズ焼き(軟)・コールスローサラダ(軟)・コンソメスープ(白菜 もやし)(軟)・角切りももゼリー・牛乳	さわら・牛乳	生しいたけ・玉ねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・トウモロコシ・みかん缶・白菜・もやし	おかゆ・ゼリー粥・マヨネーズ風・片栗粉・砂糖・油	401	18.6
16	月	おかゆ・えびたまあんかけ(軟)・ツナとブロッコリーの中華サラダ(軟)・中華スープ(青梗菜 豆腐)・ブルーベリーヨーグルト・牛乳	卵・むきえび・シーチキン・豆腐・ヨーグルト・牛乳	えのき茸・にんじん・生しいたけ・ねぎ・ブロッコリー・トウモロコシ・チンゲン菜	おかゆ・砂糖・片栗粉・ごま油・ブルーベリーソース	347	19.1
17	火	パン粥(加糖ミルク)・鶏肉のブレゼー(軟)・カリフラワーと卵のサラダ(軟)・コンソメスープ(キャベツ 人参)・みかん缶・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・卵・牛乳	玉ねぎ・エリンギ・カリフラワー・キャベツ・にんじん・みかん缶	食パン・三温糖・マッシュポテト・バター・片栗粉・マヨネーズ風	399	19.3
18	水	おかゆ・肉豆腐(軟)・ほうれん草のナムル(軟)・味噌汁(南瓜 玉麩)・りんごゼリー・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・ゼラチン・牛乳	白ねぎ・生しいたけ・えのき茸・ほうれん草・もやし・刻みのみり・南瓜・リンゴジュース	おかゆ・片栗粉・砂糖・すりごま・ごま油・玉麩	344	18.9
19	木	おかゆ・魚の蒲焼風(軟)・付合せ(オクラ)・大根と胡瓜のサラダ(軟)・味噌汁(もやし わかめ ネギ)・鬼饅頭(軟)・牛乳	メルルーサ・かに風味かまぼこ・牛乳	しょうが・オクラ・大根・きゅうり・もやし・わかめ・ねぎ	おかゆ・三温糖・ゼリー粥・片栗粉・砂糖・マヨネーズ風・すりごま・さつまいも	360	19.6
20	金	しっぽううどん(軟)・南瓜サラダ(ハム)(軟)・小豆ミルクプリン・牛乳	鶏ひき肉・豆腐・油揚げ・牛乳	大根・にんじん・ねぎ・南瓜・玉ねぎ	うどん・じゃが芋・マヨネーズ風・ハバロアの素	424	19.7
25	水	おかゆ・白身魚のフライ(軟)・付合せ(トマト)・ブロッコリーのサラダ(軟)・カレースープ(軟)・バナナ(軟)・牛乳	ホキ・卵・牛乳	玉ねぎ・トマト・ブロッコリー・にんじん・トウモロコシ・いんげん・キャベツ・バナナ	おかゆ・ゼリー粥・マヨネーズ風・砂糖・油・マカロニ・バター	405	19.1
26	木	おかゆ・ふりかけ・鶏肉と野菜の味噌炒め・薩摩芋サラダ(軟)・すまし汁(はんぺん ミツバ)・カップヨーグルト(いちご)・牛乳	鶏ひき肉・白はんぺん・ヨーグルト・牛乳	しょうが・ピーマン・にんじん・キャベツ・玉ねぎ・生しいたけ・りんご・レーズン・みつば	おかゆ・砂糖・かき油・さつまいも・マヨネーズ風	440	18.6
27	金	おかゆ・手作り豆腐ハンバーグ・付合せ(ブロッコリー)・和風スパゲティサラダ・コンソメスープ(キャベツ ユーン)・パインゼリー・牛乳	豆腐・鶏ひき肉・卵・シーチキン・ゼラチン・牛乳	にんじん・玉ねぎ・ブロッコリー・きゅうり・キャベツ・トウモロコシ・パインジュース	おかゆ・パン粉・砂糖・片栗粉・マカロニ・油	364	16.7
30	月	きのこ粥・豚肉のゴマ風味焼き・付合せ(インゲン)・春雨の酢の物・味噌汁(玉葱 わかめ)・りんごのすりおろしゼリー・牛乳	油揚げ・鶏ひき肉・豚もも肉・ゼラチン・牛乳	にんじん・えのき茸・生しいたけ・白ねぎ・いんげん・きゅうり・玉ねぎ・わかめ・リンゴジュース	ごはん・すりごま・ゼリー粥・春雨・砂糖・ごま油	378	21.3

* 材料の都合により、献立を変更する場合があります。
 * 献立作成システムの都合により、使用しているすべての食材を表示できない日があります。
 * 季節の献立
 17日 みかん 19日 鬼まんじゅう 20日 しっぽううどん
 26日 さつまいもサラダ 30日 きのこごはん
 * お知らせ
 24日 代休の為、給食の提供はありません。

