



## 献立表



日付	献立名 (○はおやつです)	材料名	日付	献立名 (○はおやつです)	材料名
01金	おかゆ ポテトサラダ さけのパン粉煮 いちご ○おかし	米/にんじん/しょうゆ/砂糖/きゅうり/じゃがいも/マヨネーズ/食塩/グリーンアスパラガス/さけ/パン粉/粉チーズ/いちご/	19火	食パン 野菜スープ 鶏肉のパン粉焼き ポテトサラダ バナナ ○みそがゆ	食パン/キャベツ/たまねぎ/にんじん/水/食塩/鶏ひき肉/パン粉/しょうゆ/中濃ソース/粉チーズ/砂糖/じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/食塩/バナナ/米/砂糖/淡色みそ/しょうゆ/水/
02土	うどん キャベツのお浸し オレンジ ○おかし	干しうどん/鶏ひき肉/キャベツ/たまねぎ/チンゲンサイ/食塩/しょうゆ/キャベツ/きゅうり/にんじん/かつお節/しょうゆ/オレンジ/	20水	ツナスパゲティ チキンスープ キャベツのサラダ キウイフルーツ ○おかし	スパゲティ/ツナ油漬缶/たまねぎ/しょうゆ/バター/鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/コーン缶/食塩/たまねぎ/油/キャベツ/マヨネーズ/キウイフルーツ/
07木	コッペパン ミネストローネスープ 鮭のムニエル もやしとニラの和え物 オレンジ ○ごまがゆ	コッペパン/キャベツ/たまねぎ/ホールトマト缶詰/にんじん/マカロニ・スパゲティ/食塩/油/さけ/小麦粉/バター/もやし/にら/にんじん/ごま/しょうゆ/砂糖/オレンジ/米/ごま/	21木	コッペパン 野菜スープ そぼろ煮 キャベツのツナサラダ ○ばなこ	コッペパン/じゃがいも/たまねぎ/にんじん/水/食塩/鶏ひき肉/食塩/キャベツ/にんじん/ツナ油漬缶/油/酢/食塩/バナナ/きな粉/砂糖/食塩/
08金	おかゆ みそ汁 さわらのごま照り焼き アスパラとじゃこの和え物 バナナ ○おかし	米/だいこん/煮干だし汁/米みそ(淡色辛みそ)/さわら/しょうゆ/みりん/油/ごま/グリーンアスパラガス/キャベツ/にんじん/しらす干し/砂糖/しょうゆ/バナナ/	22金	おかゆ スープ 鮭のコーンマヨネーズ焼き スパゲティのサラダ キウイフルーツ ○おかし	米/にんじん/水/食塩/さけ/小麦粉/油/マーガリン/マヨネーズ/クリームコーン缶/粉チーズ/スパゲティ/きゅうり/キャベツ/にんじん/食塩/マヨネーズ/キウイフルーツ/
09土	味噌煮込みうどん 小松菜のお浸し グレープフルーツ ○おかし	干しうどん/鶏ひき肉/にんじん/キャベツ/ねぎ/淡色みそ/みりん/こまつな/にんじん/ごま/しょうゆ/グレープフルーツ/	23土	やきうどん アスパラとにんじんの煮 びたし グレープフルーツ ○おかし	干しうどん/油/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/キャベツ/ピーマン/油/ウスターソース/食塩/あおのり/グリーンアスパラガス/にんじん/しょうゆ/かつお・昆布だし汁/グレープフルーツ/
11月	おかゆ すまし汁 そぼろ煮 野菜炒め ○豆腐きなこ	米/じゃがいも/ねぎ/かつお・昆布だし汁/しょうゆ/食塩/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/油/キャベツ/にんじん/チンゲンサイ/食塩/しょうゆ/絹ごし豆腐/きな粉/砂糖/食塩/	25月	おかゆ 豆腐すまし汁 鶏とナスの炒め物 キャベツとじゃこのお浸し グレープフルーツ	米/木綿豆腐/こまつな/にんじん/かつおだし汁/しょうゆ/食塩/鶏ひき肉/なす/砂糖/しょうゆ/淡色みそ/油/キャベツ/にんじん/しらす干し/かつおだし汁/しょうゆ/グレープフルーツ/マカロニ/バター/きな粉/砂糖/食塩/
12火	食パン スープ マカロニチキングラタン にんじんグラッセ ○フルーツコーンフ レーク	食パン/たまねぎ/チンゲンサイ/食塩/マカロニ/鶏ひき肉/たまねぎ/油/水/小麦粉/バター/牛乳/パン粉/粉チーズ/にんじん/バター/食塩/砂糖/コーンフレーク/バナナ/牛乳/	26火	食パン コーンスープ 鶏肉とアスパラ炒め かぼちゃのサラダ ○おかし	食パン/クリームコーン缶/コーン缶/たまねぎ/油/水/食塩/鶏ひき肉/グリーンアスパラガス/にんじん/油/しょうゆ/食塩/かぼちゃ/きゅうり/マヨネーズ/ヨーグルト(無糖)/
13水	焼きそば 中華スープ トマトサラダ ○おかし	干しうどん/油/鶏ひき肉/にんじん/たまねぎ/キャベツ/ピーマン/油/ウスターソース/食塩/あおのり/にんじん/にら/水/しょうゆ/トマト/もやし/キャベツ/酢/食塩/	27水	スープスパゲティ 鶏肉のそぼろ煮 にんじんときゅうりのマリネ バナナ ○おかし	スパゲティ/たまねぎ/チンゲンサイ/食塩/片栗粉/油/鶏ひき肉/鶏ひき肉/しょうゆ/にんじん/キャベツ/きゅうり/しらす干し/酢/油/バナナ/
14木	コッペパン 豆乳スープ そぼろ煮 マカロニサラダ バナナ ○おかし	コッペパン/かぼちゃ/たまねぎ/豆乳/水/食塩/鶏ひき肉/食塩/しょうゆ/ヨーグルト(無糖)/マカロニ/きゅうり/にんじん/マヨネーズ/食塩/バナナ/	28木	コッペパン そぼろ煮 スープ マカロニサラダ ○おかし	コッペパン/キャベツ/にんじん/油/ケチャップ/鶏ひき肉/ホールトマト缶詰/コーン缶/水/食塩/マカロニ/きゅうり/マヨネーズ/食塩/
15金	おかゆ みそ汁 そぼろがゆ あさづけ ○おかし	米/もやし/じゃがいも/淡色みそ/鶏ひき肉/キャベツ/きゅうり/にんじん/食塩/	29金	そぼろがゆ コーンスープ コールスローサラダ グレープフルーツ ○バナナ おかし	米/鶏ひき肉/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/油/しょうゆ/コーン缶/たまねぎ/にんじん/水/食塩/キャベツ/にんじん/マヨネーズ/食塩/グレープフルーツ/バナナ/
16土	ナポリタン スープ サラダ りんご ○おかし	スパゲティ/鶏ひき肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/ケチャップ/ウスターソース/たまねぎ/チンゲンサイ/食塩/しらす干し/キャベツ/きゅうり/コーン缶/酢/食塩/りんご/	30土	味噌煮込みうどん きゅうりとわかめの酢の物 オレンジ ○おかし	干しうどん/鶏ひき肉/にんじん/ねぎ/かつお・昆布だし汁/米みそ(淡色辛みそ)/みりん/きゅうり/酢/砂糖/オレンジ/
18月	おかゆ スープ そぼろ煮 野菜のツテ キウイフルーツ ○おかし	米/にんじん/水/食塩/鶏ひき肉/にんじん/ねぎ/しょうゆ/砂糖/キャベツ/たまねぎ/ピーマン/にんじん/油/キウイフルーツ/			