

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
火	1 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】豆腐ハンバーグ／【給】なすとえのきのみそ汁／【お】牛乳／【お】りんごケーキ	ウエハース／精白米／パン粉／薄力粉／三温糖	鶏ミンチ／木綿豆腐／鶏卵／普通牛乳／カットわかめ／昆布／合わせ味噌	にんじん／キャベツ／なす／えのきたけ／りんご
水	2 【お】ポーロ／【給】さつまいも粥／【給】白身魚としめじの煮物／【給】人参のすまし汁／【お】牛乳／【お】食パンスティック	ポーロ／精白米／さつまいも／くず粉／食パン	からすがれい／昆布／カットわかめ／普通牛乳	南瓜／しめじ／にんじん
木	3 【お】マンナビスケット／【給】ミートスパゲティ／【給】コンソメスープ／【お】牛乳／【お】バナナ	ソフトビスケット／スパゲティ	豚ひき肉／ピザ用チーズ／普通牛乳	なす／玉ねぎ／にんじん／キャベツ／バナナ
金	4 【お】チーズ／【給】軟飯／【給】ささみとさつまいも煮物／【給】里芋と人参のみそ汁／【お】牛乳／【お】クラッカー	精白米／さつまいも／くず粉／里芋／クラッカー	キャンディチーズ／鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	玉ねぎ／にんじん
土	5 【お】ウエハース／【給】野菜煮込みうどん／【お】牛乳／【お】じゃが芋のおやき	ウエハース／干しうどん／じゃが芋	豚肉／昆布／普通牛乳	はくさい／にんじん／しめじ
月	7 【お】クラッカー／【給】食パンスティック／【給】ささみとじゃが芋の煮物／【給】豆腐のそぼろのみそ汁／【お】豆乳／【お】塩昆布おにぎり	クラッカー／食パン／じゃが芋／くず粉／干し豆腐／精白米／ごま	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／調製豆乳／塩昆布	にんじん
火	8 【お】オレンジ／【給】軟飯／【給】白身魚とひじきの煮物／【給】豆腐のみそ汁／【お】牛乳／【お】蒸かしさつま芋	精白米／くず粉／さつまいも／三温糖	からすがれい／干ひじき／昆布／木綿豆腐／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	オレンジ／南瓜
水	9 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】ささみとほうれん草の煮物／【給】人参のみそ汁／【お】牛乳／【お】クラッカー	ウエハース／精白米／くず粉／クラッカー	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	ほうれん草／南瓜／にんじん
木	10 【お】ビスケット／【給】焼きそば／【給】かぼちゃの煮物／【お】牛乳／【お】蒸しパン	ビスケット／干し中華めん／三温糖／薄力粉	豚肉／普通牛乳／鶏卵	玉ねぎ／キャベツ／にんじん／もやし／南瓜
金	11 【お】バナナ／【給】軟飯／【給】ささみとピーマンの煮物／【給】小松菜のみそ汁／【お】牛乳／【お】マンナビスケット	精白米／くず粉／ソフトビスケット	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	バナナ／ピーマン／南瓜／にんじん／小松菜
土	12 【お】チーズ／【給】野菜煮込みうどん／【お】牛乳／【お】クラッカー	干しうどん／クラッカー	キャンディチーズ／豚肉／昆布／普通牛乳	玉ねぎ／にんじん／しめじ
火	15 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】ささみと人参の煮物／【給】南瓜のみそ汁／【お】牛乳／【お】クラッカー	ウエハース／精白米／くず粉／クラッカー	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	にんじん／玉ねぎ／南瓜
水	16 【お】パイナップル缶／【給】だしラーメン／【お】牛乳／【お】蒸しパン	干しうどん／薄力粉／三温糖	木綿豆腐／昆布／カットわかめ／豚ひき肉／普通牛乳／鶏卵	パイナップル(缶)／玉ねぎ／にんじん／ピーマン

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
木	17 【お】クラッカー／【給】軟飯／【給】ささみとじゃが芋の煮物／【給】豆腐ともやしのみそ汁／【お】牛乳／【お】マカロニのくたくた煮	クラッカー／精白米／じゃが芋／くず粉／マカロニ	鶏ミンチ／昆布／木綿豆腐／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳／きな粉	にんじん／もやし
金	18 【お】みかん／【給】軟飯／【給】ささみとたけのこの煮物／【給】玉ねぎのみそ汁／【お】牛乳／【お】お麩のくたくた煮	精白米／里芋／くず粉／おつゆ麩	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳／きな粉	みかん／たけのこ／ピーマン／南瓜／玉ねぎ
土	19 【お】マンナビスケット／【給】ナポリタン／【お】牛乳／【お】ウエハース	ソフトビスケット／スパゲティ／ウエハース	豚肉／普通牛乳	にんじん／玉ねぎ／ピーマン
月	21 【お】白桃缶／【給】軟飯／【給】ささみとえのきの煮物／【給】青梗菜のみそ汁／【お】牛乳／【お】食パンスティック	精白米／くず粉／食パン	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	白桃(缶)／えのきたけ／玉ねぎ／にんじん／チンゲンサイ
火	22 【お】クラッカー／【給】軟飯／【給】ささみとツナの煮物／【給】もやしのみそ汁／【お】牛乳／【お】チーズ	クラッカー／精白米／くず粉	鶏ミンチ／ツナ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳／キャンディチーズ	玉ねぎ／南瓜／もやし
水	23 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】ささみとキャベツの煮物／【給】えのきのみそ汁／【お】牛乳／【お】南瓜のおやき	ウエハース／精白米／くず粉／里芋	鶏ミンチ／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳	キャベツ／にんじん／小松菜／えのきたけ／南瓜
木	24 【お】マンナビスケット／【給】軟飯／【給】白身魚とキャベツの煮物／【給】わかめのみそ汁／【お】牛乳／【お】チーズ	ソフトビスケット／精白米／じゃが芋／くず粉	からすがれい／昆布／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳／キャンディチーズ	キャベツ
金	25 【お】チーズ／【給】みそラーメン／【給】ぎょうざ／【お】牛乳／【お】クラッカー	干し中華めん／ぎょうざの皮／クラッカー	キャンディチーズ／昆布／合わせ味噌／豚ひき肉／普通牛乳	もやし／キャベツ／にんじん／にら
月	28 【お】マンナビスケット／【給】軟飯／【給】ささみと里芋の煮物／【給】豆腐のみそ汁／【お】牛乳／【お】マカロニのくたくた煮	ソフトビスケット／精白米／里芋／くず粉／マカロニ	鶏ミンチ／昆布／木綿豆腐／カットわかめ／合わせ味噌／普通牛乳／きな粉	にんじん
火	29 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】白身魚の照り焼き／【給】かぼちゃサラダ／【お】牛乳／【お】マンナビスケット	ウエハース／精白米／くず粉／マヨドレ／ソフトビスケット	からすがれい／昆布／普通牛乳	南瓜／きゅうり／にんじん
水	30 【お】クラッカー／【給】野菜煮込みうどん／【お】牛乳／【お】食パンスティック	クラッカー／食パン	昆布／普通牛乳	玉ねぎ／にんじん／キャベツ
木	31 【お】ウエハース／【給】軟飯／【給】ささみと南瓜の煮物／【給】鮭のみそ汁／【お】りんごジュース／【お】マンナビスケット	ウエハース／精白米／くず粉／ソフトビスケット	鶏ミンチ／昆布／鮭／カットわかめ／合わせ味噌	南瓜／玉ねぎ／にんじん／りんごジュース