

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
1 火	[お]ウエハース/[給]軟飯/[給]ささみと豆腐の煮物/[給]なすのみそ汁/[お]蒸しパン	ウエハース/精白米/くず粉/薄力粉/三温糖	鶏ミンチ/木綿豆腐/昆布/カットわかめ/合わせ味噌/鶏卵/普通牛乳	にんじん/なす
2 水	[お]ポーロ/[給]軟飯/[給]白身魚としめじの煮物/[給]人参のみそ汁/[お]食パンスティック	ポーロ/精白米/くず粉/食パン	からすがれい/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	南瓜/しめじ/にんじん
3 木	[お]マンナビスケット/[給]野菜煮込みうどん/[お]バナナ	ソフトビスケット/干しうどん	昆布	なす/玉ねぎ/にんじん/バナナ
4 金	[お]チーズ/[給]軟飯/[給]ささみとさつま芋の煮物/[給]里芋のみそ汁/[お]お子様せんべい	精白米/さつまいも/くず粉/里芋/お子様せんべい	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	玉ねぎ
5 土	[お]ウエハース/[給]野菜煮込みうどん/[お]じゃが芋のおやき	ウエハース/干しうどん/じゃが芋	昆布	はくさい/にんじん/しめじ
7 月	[お]お子様せんべい/[給]食パンスティック/[給]ささみとじゃが芋の煮物/[給]そうめんのみそ汁/[お]お子様せんべい	お子様せんべい/食パン/じゃが芋/くず粉/干しそうめん	鶏ミンチ/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん
8 火	[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]蒸かしさつま芋	精白米/くず粉/さつまいも	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	オレンジ/南瓜
9 水	[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]お子様せんべい	ウエハース/精白米/くず粉/お子様せんべい	鶏ミンチ/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	ほうれん草/南瓜/にんじん
10 木	[給]野菜煮込みうどん/[お]蒸しパン	干しうどん/薄力粉/三温糖	昆布/鶏卵/普通牛乳	玉ねぎ/キャベツ/にんじん/もやし
11 金	[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]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	バナナ/ピーマン/南瓜/にんじん/小松菜
12 土	[お]チーズ/[給]野菜煮込みうどん/[お]お子様せんべい	干しうどん/お子様せんべい	キャンディチーズ/昆布	玉ねぎ/にんじん/しめじ
15 火	[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]お子様せんべい	ウエハース/精白米/くず粉/お子様せんべい	鶏ミンチ/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/玉ねぎ/南瓜
16 水	[お]パイナップル缶/[給]野菜煮込みうどん/[お]蒸しパン	干しうどん/薄力粉/三温糖	木綿豆腐/昆布/鶏卵/普通牛乳	パイナップル(缶)/玉ねぎ/にんじん

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
17 木	[お]クラッカー/[給]軟飯/[給]ささみとじゃが芋の煮物/[給]豆腐のみそ汁/[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/きな粉	にんじん
18 金	[お]みかん/[給]軟飯/[給]ささみとピーマン煮物/[給]玉ねぎのみそ汁/[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/きな粉	みかん/たけのこ/ピーマン/南瓜/玉ねぎ
19 土	[お]マンナビスケット/[給]野菜煮込みうどん/[お]ウエハース	ソフトビスケット/干しうどん/ウエハース	昆布	にんじん/玉ねぎ/ピーマン
21 月	[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]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	白桃(缶)/玉ねぎ/にんじん/チンゲンサイ
22 火	[お]クラッカー/[給]軟飯/[給]ささみと玉ねぎの煮物/[給]もやしのみそ汁/[お]チーズ	クラッカー/精白米/くず粉	鶏ミンチ/昆布/カットわかめ/合わせ味噌/キャンディチーズ	玉ねぎ/南瓜/もやし
23 水	[お]ウエハース/[給]軟飯/[給]ささみとキャベツの煮物/[給]えのみそ汁/[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	キャベツ/にんじん/小松菜/えのきたけ/南瓜
24 木	[お]マンナビスケット/[給]軟飯/[給]白身魚とじゃが芋の煮物/[給]わかめのみそ汁/[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/キャンディチーズ	キャベツ
25 金	[お]チーズ/[給]野菜煮込みうどん/[お]お子様せんべい	干しうどん/お子様せんべい	キャンディチーズ/昆布	もやし/キャベツ/にんじん
28 月	[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]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/きな粉	にんじん
29 火	[お]ウエハース/[給]軟飯/[給]白身魚と南瓜の煮物/[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	からすがれい/昆布	南瓜
30 水	[お]お子様せんべい/[給]野菜煮込みうどん/[お]食パンスティック	お子様せんべい/干しうどん/食パン	昆布	玉ねぎ/にんじん/キャベツ
31 木	[お]ウエハース/[給]軟飯/[給]ささみと南瓜の煮物/[給]人参のみそ汁/[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/カットわかめ/合わせ味噌	南瓜/玉ねぎ/にんじん