



予定献立



			1 (水)	2 (木)	3 (金)	4 (土)
午前 (未定)			牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き		牛乳・ウエハース
昼食			ごはん みそ汁 (にら) さばの竜田揚げ ぎゃべつと豚肉の炒め物	赤飯 すまし汁 根菜ハンバーグ パスタサラダ みかん お誕生会	文化の日	タンメン しょうまい かぼちゃのいとこ煮
午後			牛乳・いももち	ココア・切り株ケーキ		牛乳・コーンフレーク
	6 (月)	7 (火)	8 (水)	9 (木)	10 (金)	11 (土)
午前 (未定)	牛乳・アスパラビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・クラッカー	牛乳・ウエハース
昼食	ごはん みそ汁 (わかめ) カレーのマヨネーズ焼き 切り干し大根の炒り煮	コッペパン ミネストローネスープ メンチカツ カリフラワーのごま酢和え	ふりかけごはん みそ汁 (大根) さわらの南部焼き 肉じゃが	あんかけうどん 干草焼き さつま芋の天ぷら バナナ	ごはん みそ汁 (きょうもつ) 豚肉のりんごソース焼き 大根と昆布の煮物	炊き込みごはん みそ汁 (凍り豆腐) 鶏肉の照り焼き いんげんのごま和え
午後	牛乳・マカロニきな粉	ひじきおにぎり (以) チーズ	牛乳・にんじんポッキー	牛乳・黒糖蒸しパン	フルーツヨーグルト	牛乳・ココナッツサブレ
	13 (月)	14 (火)	15 (水)	16 (木)	17 (金)	18 (土)
午前 (未定)	牛乳・ビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き	野菜ジュース・Caせんべい	牛乳・ウエハース
昼食	ごはん みそ汁 (麩) 松風焼き 豆腐チャンプルー	カレーライス わかめスープ 大豆サラダ	ごはん みそ汁 (なめこ) いわしの生姜煮 かぼちゃの甘煮 ほうれん草のツナ和え	ごはん みそ汁 (厚揚げ) 豚肉の香味焼き きんぴらごぼう	ごはん 豚汁 鮭のパン粉焼き もやしのカレー炒め	コーンピラフ コンソメスープ チキンナゲット ブロッコリーのサラダ
午後	牛乳・スティックパイ	牛乳・りんごのコンポート	牛乳・肉まん	牛乳・ふかしもち	フルーチェピーチ (以) Caウエハース	牛乳・源氏パイ
	20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)	25 (土)
午前 (未定)	牛乳・アスパラビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック		牛乳・ぼたぼた焼き	牛乳・ウエハース
昼食	食パン カレースープ 鶏肉のアップルジンジャー コールスローサラダ 食育の日/りんご	ごはん みそ汁 (凍り豆腐) かつおフライ 小松菜の磯和え	ビビンバ丼 けんちん汁 マカロニサラダ オレンジ	勤労感謝の日	ゆかりごはん みそ汁 (ほうれん草) あじの西京焼き れんこんのカレーきんぴら	ソース焼きそば チンゲン菜のスープ ウインナー フルーツヨーグルト
午後	さつまいもごはん (以) チーズ	牛乳・フルーツポンチ	牛乳・りんごパウンドケーキ		牛乳・あんぱん	牛乳・芋けんぴ
	27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)		
午前 (未定)	牛乳・ビスケット	ヨーグルト	牛乳・いんげんスナック	牛乳・ぼたぼた焼き		
昼食	ごはん 中華風コーンスープ マーボー豆腐 もやしとにらのお浸し	ごはん みそ汁 (ふのり) ホキのごまフライ 焼きビーフン	ほうれん草とベーコンの 和風スパゲティ コーンスープ かぼちゃサラダ	ごはん みそ汁 (白菜) まぐろのねぎみそ焼き ひじきと大豆の炒り煮	エネルギー タンパク質 脂質 食塩	560kcal 496kcal 19.1g 17.5g 17.2g 16.5g 2.2g 1.7g
午後	牛乳・スイートポテト	牛乳・きなこボール	五平もち・(以) 小魚	牛乳・ジャムサンド		

★食材の都合により献立が変更になる場合があります