

曜日	火	水	木	金	土	月	火	水	木	土	月
日	1	2	3	4	5	7	8	9	10	12	14
朝晩おやつ	バナナ	せんべい	チーズ	ウエハース	せんべい	ビスケット	ウエハース	チーズ	じゃが芋	せんべい	ビスケット
No.	60		9	119	143	101	25	111	50	151	76
献立名	①鶏肉の トマトソースかけ ②じゃが芋のサラダ ③コンソメスープ	①豚肉の生姜焼き ②ごま和え ③すまし汁	①いわしの つみれ揚げ ②切り干し大根の煮物 ③みそ汁	①チャンポン ②中華和え ③果物	①五目 ひじきごはん ②和え物 ③すまし汁	①ビーフシチュー ②ブロッコリーサラダ ③果物	①カレーコロッケ ②キャベツのサラダ ③みそ汁	①煮込みうどん ②酢のもの ③果物	①焼き魚 ごまみそソース ②おかか和え ③すまし汁	①焼きめし ②スープ ③果物	①高野豆腐と 野菜の卵とじ ②サラダ ③みそ汁
主食	パン	ごはん	ごはん	中華そば	ごはん	パン	ごはん	うどん	ごはん	ごはん	ごはん
昼食	①食パン (はしを除く)1/2枚 ②トマト煮 ☆ささみミンチ トマト水煮缶 人参 玉葱 だし汁 砂糖 塩 ③じゃが芋 煮付け じゃが芋 だし汁 砂糖 しょうゆ	①軟飯 ②豚肉と野菜の 煮物 ☆豚肉赤身ミンチ 玉葱 人参 ビーマン だし汁 砂糖 しょうゆ ③小松菜の 煮浸し 小松菜 だし汁 砂糖 しょうゆ	①軟飯 ②白身魚の 煮付け ☆白身魚 だし汁 砂糖 しょうゆ ③切り干し大根の 煮付け 切り干し大根 人参 油揚げ 玉葱 だし汁 砂糖 しょうゆ	①煮込みうどん ☆うどん ☆豚肉赤身ミンチ 人参 キャベツ もやし ねぎ だし汁 しょうゆ ②白菜の煮浸し 白菜 だし汁 砂糖 しょうゆ	①おじや ごはん ☆ささみミンチ 人参 ☆玉葱 だし汁 砂糖 しょうゆ ②キャベツの 煮浸し キャベツ だし汁 砂糖 しょうゆ	①食パン (はしを除く)1/2枚 ②ミルクスープ煮 ☆牛肉赤身ミンチ 人参 玉葱 じゃが芋 だし汁 ☆スキムミルク 塩 ③ブロッコリーの 煮付け ブロッコリー トマト だし汁 砂糖 しょうゆ	①軟飯 ②ポテトハンバーグ じゃがいも ☆牛肉赤身ミンチ 人参 玉葱 油 ③野菜の 煮物 キャベツ 大根 人参 ねぎ だし汁 砂糖 しょうゆ	①煮込みうどん うどん ☆牛肉赤身ミンチ 人参 玉葱 ねぎ だし汁 しょうゆ ②野菜の 煮物 わかめ(干) きゅうり 人参 だし汁 砂糖 しょうゆ	①軟飯 ②魚のみそ煮 ☆白身魚 だし汁 砂糖 みそ ③ほうれん草の 煮浸し ほうれん草 人参 玉葱 だし汁 砂糖 しょうゆ	①おじや ごはん ☆豚肉赤身ミンチ 人参 玉葱 ねぎ だし汁 砂糖 しょうゆ ②じゃが芋の 煮付け ☆じゃが芋 だし汁 砂糖 しょうゆ	①軟飯 ②高野豆腐と 野菜の煮物 高野豆腐 人参 さやいんげん 玉葱 だし汁 砂糖 しょうゆ ③かぼちゃの 煮物 かぼちゃ だし汁 砂糖 しょうゆ
果物				オレンジ(全児)		バナナ(全児)		りんご(全児)		オレンジ(全児)	
No.	33	123	9	17			63	71	15		32
おやつ	ドーナツ ホットケーキミックス 卵 揚げ油 グラニュー糖 ◎ドーナツ →干菓子	白玉の黒みつかけ 白玉粉 絹ごし豆腐 みかん(缶) 黒砂糖 水 きな粉 ◎白玉の黒みつかけ →干菓子	キャラットパフ 人参 小麦粉 ベーキングパウダー マーガリン 砂糖 卵	ピザトースト 食パン(6枚切) マーガリン 玉ねぎ ビーマン ケチャップ トマトジュース 砂糖 ピザチーズ ◎ベーコンをぬく ◎端を除く	ショコラロール ◎ショコラロール →干菓子	やきやきごはん ごはん ツナ(缶) ごま しょうゆ ◎やきやきごはん →干菓子	ぶどうゼリー ケルセリンの素 ぶどうジュース (果汁100%) 水	クッキー 小麦粉 砂糖 マーガリン	バナナケーキ 小麦粉 ベーキングパウダー 塩 卵 砂糖 バナナ レモン汁 牛乳 マーガリン	アップルパイ ◎アップルパイ →干菓子	アメリカンドッグ フランクフルト ホットケーキミックス 揚げ油 ケチャップ ◎アメリカンドッグ →干菓子
飲物	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶	お茶

