

行事	内科健診		誕生会										
曜 日	金 16	土 17	月 19	火 20	水 21	木 22	金 23	土 24	月 26	火 27	水 28	木 29	金 30
献立名	①魚の マヨネーズ焼き ②サラダ ③コンソメスープ	①ピピンバ風井 ②中華スープ ③果物	①木の葉井 ②和え物 ③みそ汁	①魚の西京焼き ②ごま和え ③すまし汁	①スパゲッティの カレーソース ②スープ ③果物	①ささみの チーズ焼き ②卵の花炒り煮 ③みそ汁	①牛肉とにらの 炒めもの ②すまし汁 ③果物	①焼きめし ②スープ ③果物	①魚の ケチャップソース ②サラダ ③コンソメスープ	①鶏の照り焼き ②白和え ③すまし汁	①みそラーメン ②中華和え ③果物	①ちくわの磯部揚げ ②酢の物 ③さつま汁	①がんとどきの煮物 ②おかか和え ③すまし汁
主 食	パン	ごはん	ごはん	ごはん	スパゲッティ	ごはん	ごはん	ごはん	パン	ごはん	中華そば	ごはん	ごはん
昼 食	①がれい 塩 マヨドレ 玉葱 パセリ 牛乳 油 ②白菜 きゅうり 酢 塩 砂糖 油 ③パプリカ 青菜 コンソメスープの素 塩 こしょう	①ごはん 牛ミンチ 油 塩 こしょう しいたけ(干) だし汁 砂糖 しょうゆ ほうれん草 砂糖 しょうゆ ごま油 大根 人参 砂糖 酢 塩 ②わかめ(干) ごま スープの素 しょうゆ	①ごはん かまぼこ 卵 油揚げ ねぎ 玉葱 人参 しいたけ(干) 刻みのり 砂糖 しょうゆ ②キャベツ トマト 砂糖 しょうゆ ③じゃが芋 玉葱 わかめ(干) 煮干し みそ	①さけ 塩 西京みそ ②ほうれん草 もやし ごま 砂糖 しょうゆ ③ゆば みつば 人参 煮干し 塩 しょうゆ	①スパゲッティ 油 合ミンチ 人参 玉葱 油 塩 こしょう カレールー パセリ 粉チーズ ②小松菜 コーン(缶) コンソメスープの素 塩 こしょう	①ささみ 塩 こしょう 小麦粉 粉チーズ パン粉 油 ②おから 油揚げ こんにやく 人参 ねぎ しいたけ(干) 油 砂糖 しょうゆ だし汁 ③なす 白菜 煮干し みそ	①牛肉 ごま油 塩 こしょう キャベツ にら もやし 人参 みそ 砂糖 しょうゆ ごま油 ②えのき チンゲン菜 煮干し 塩 しょうゆ	①ごはん 合ミンチ 油 人参 ねぎ 玉葱 油 塩 こしょう しょうゆ ②わかめ(干) もやし スープの素 しょうゆ	①がれい 塩 こしょう 小麦粉 揚げ油 人参 ピーマン 玉葱 油 ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ②ブロッコリー コーン(缶) 酢 塩 砂糖 油 ③玉葱 人参 パセリ コンソメスープの素 塩 こしょう	①鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 みりん 土生姜 油 ②豆腐 こんにやく ほうれん草 人参 しいたけ(生) ごま 白みそ 砂糖 しょうゆ ③麩 みつば 大根 煮干し 塩 しょうゆ	①中華そば 豚肉 コーン(缶) 白菜 たけのこ (水煮) もやし 人参 わかめ(干) ねぎ 油 塩 こしょう 煮干し みそ しょうゆ ごま油 ②きゅうり キャベツ 砂糖 しょうゆ ごま油	①ちくわ 小麦粉 青のり 揚げ油 ②大根 人参 ちりめんじゃこ 酢 砂糖 しょうゆ ③さつま芋 ごぼう 人参 煮干し みそ	①がんとどき 長芋 煮干し 砂糖 しょうゆ ②キャベツ 人参 花かつお 砂糖 しょうゆ ③しめじ 小松菜 煮干し 塩 しょうゆ
果物		バナナ(全児)			みかん(全児)		バナナ(全児)	オレンジ(全児)			オレンジ(全児)		
No.	35		40	15	70		131		26	120	105		60
お や つ	大学芋 さつま芋 水 砂糖 黒いりごま 油	シヨコラロール	かりんとパン	バナナケーキ	おかかおにぎり	じゃがバター	パイナップルゼリー	あんぱん	ココアマドレーヌ	フルーツポンチ	ツナマヨ蒸しパン	干菓子バイキング	チーズラムカン
飲 物	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	お 茶	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳	牛 乳
													
													