

日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	日	曜	昼食	材料	おやつ	材料
13	27	★ハヤシライス 小松菜とキャベツの磯香和え 大豆と小魚のあめ煮	米、豚肉、生姜、玉葱、人参、マッシュルーム、バター、小麦粉、生クリーム、グリーンピース/小松菜、キャベツ、人参、青のり/大豆、じゃこ	★豆腐ポールドーナ 牛乳	ホットケーキ粉、豆腐	6	月	ご飯 かき玉スープ ポークビーンズ いんげんのおかか和え 茹でカリフラワー	米/卵、玉葱、ねぎ/大豆、ウインナー、じゃが芋、玉葱、人参、トマト、バター/いんげん/カリフラワー、マヨネーズ	★ヨーグルトチーズ ケーキ 牛乳	クリームチーズ、バター、卵、ヨーグルト、小麦粉
14	28	火 ご飯 みそ汁 豆腐のまご揚げ さつまいもの煮物 かぶのおかか和え	米/チンゲン菜、人参、わかめ/豆腐、鶏挽肉、しらす、人参、ごま/さつまいも/かぶ、人参	卵サンドイッチ 果物	食パン、ロールパン、卵、マヨネーズ、チーズ	7	21	火 菜の花ご飯 みそ汁 (7日)白身魚の天ぷら きゅうりの中華風 人参のきんぴら (21日)魚の照り焼き	米、菜花、小松菜、卵、ごま/白菜、わかめ、人参/白身魚、天ぷら粉/きゅうり/人参	スイートパンプキン 牛乳	かぼちゃ、バター、卵、生クリーム
15	1	水 (1日)★八千代カレー (15日)★ドライカレー キャベツとツナのサラダ 花豆の甘煮	米/豚肉、玉葱、人参、いんげん、かぼちゃ、バター/キャベツ、きゅうり、人参、ツナ/花豆 (15日)豚挽肉、玉葱、人参、ピーマン、	★みかんゼリー せんべい	みかんジュース、みかん缶、寒天粉	8	22	水 (8日)ご飯 いわしのつみれ汁 ★鶏のから揚げ ブロッコリーの塩昆布和え トマトのサラダ	米/つみれ、大根、ねぎ/鶏肉、しょうが/ブロッコリー、塩こんぶ/トマト、コーン缶	★ぶどうゼリー 小魚(カレー味)	ぶどうジュース、粉寒天/小魚、カレー粉
29	29	水 (29日)ご飯、みそ汁 白身魚の天ぷら、キャベツとハムの和え物、トマト	米/ねぎ、玉葱、さつまいも/白身魚、天ぷら粉/キャベツ、きゅうり、ハム/トマト	五平餅 牛乳	米、味噌、ごま			(22日)お別れ会食 ★カレー ★鶏の唐揚げ、ブロッコリーサラダ、ミニトマト	米、豚肉、玉葱、いんげん、かぼちゃ、人参、小麦粉、バター/鶏肉、生姜/ブロッコリー、コーン缶/ミニトマト	★フルーツゼリー 小魚フライ	リンゴジュース、果物/小魚、青のり、小麦粉、牛乳
2	16	木 ★マーボー丼 ★春雨スープ チンゲン菜のお浸し じゃがいものきんぴら	米/豆腐、豚挽肉、しょうが、玉葱、春雨、ハム、玉葱、ねぎ/チンゲン菜、人参/じゃが芋	しらす入りおやき 果物	しらす、ごま、青のり、小麦粉、牛乳、チーズ	9	23	木 ビビンバ丼 わかめスープ かぼちゃの甘煮 はんぺんのバターしょうゆ焼き	米、豚挽肉、ねぎ、生姜、にんにく、もやし、人参、ほうれん草、ごま/わかめ、玉葱、ねぎ/かぼちゃ/はんぺん、バター	チーズ包み揚げ 果物	チーズ、餃子の皮
30	30	木 (30日)ご飯 みそ汁 鶏かつ、チンゲン菜お浸し 粉吹き芋	米/白菜、わかめ、ねぎ/鶏肉、小麦粉、パン粉、卵/チンゲン菜、人参/じゃが芋、バター	マシュマロフレーク 牛乳	コーンフレーク、マシュマロ、バター、大豆						
3	17	金 (3日)花ちらし寿司 すまし汁 魚の照り焼き、ほうれん草お浸し、トマト (31日)ちらし寿司 すまし汁 ほうれん草お浸し、大豆の煮物	米、鶏挽肉、人参、卵、デンプ、スナックエンドウ/はんぺん、大根、ねぎ/鮭/ほうれん草、人参/トマト (31日)大豆	★いちご入り 生クリームサンド 牛乳	食パン、生クリーム(ひよこ組はジャム)、いちご	10	24	金 ご飯 みそ汁 鶏肉のマーマレード焼き ひじきの炒め煮 ピーマンとじゃが芋のカレー粉炒め	米/豆腐、油揚げ、大根、ねぎ/鶏肉、マーマレード/ひじき、人参、ちくわ/ピーマン、じゃが芋	フレンチトースト 牛乳	食パン、卵、牛乳、バター
31	31	金 (17日)ご飯 みそ汁 おから入りハンバーグ ほうれん草のお浸し、トマト	米/キャベツ、人参、わかめ/豚挽肉、おから、玉葱、パン粉、卵、牛乳/ほうれん草、人参/トマト	ヨーグルト 小魚フライ	じゃこ、青のり、かつお節、小麦粉、牛乳						
4	18	土 きつねうどん 厚焼きたまご キャベツのごま和え	乾めん、ねぎ、油揚げ/卵/キャベツ、人参、ごま	味噌焼きおにぎり ヨーグルト	米、味噌、ごま	11	25	土 かき玉うどん いんげんのおかか和え トマト	乾めん、卵、ねぎ/いんげん/トマト	サンドイッチ 牛乳	食パン、ココア、バター

※材料の都合により、献立を変更する場合があります。ご了承ください。

担当 :