

日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	日	曜	昼食	材料	おやつ	材料	
2	16月	カレーライス ★ツナチーズオムレツ 茹でブロッコリー プチトマト	米、豚肉、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ、いんげん、ソース、ケチャップ、カレールウ/卵、ケチャップ、ツナ缶、チーズ/ブロッコリー/プチトマト/たまねぎ、キャベツ、しめじ、コンソメ	おふろasuk 果物 牛乳	焼き麩/果物/牛乳	9	23月	御飯 ★ハンバーグ ミックスベジタブル 粉ふき芋	マカロニスープ 米/豚ひき肉、たまねぎ、卵、ケチャップ、ソース/にんじん、いんげん、コーン缶/じゃがいも/マカロニ、にんじん、万能ねぎ、キャベツ、コンソメ	ツナロールパン 牛乳	ロールパン、ツナ、きゅうり、マヨネーズ/牛乳	
30		16日 マーボー丼 30日 木の葉丼	16日 米、豆腐、豚挽肉、生葱、玉ねぎ、万能葱 30日 米、高野豆腐、鶏胸肉、玉ねぎ、椎茸									
3		◆ひなまつりランチ◆ カッパちらし寿司 さわらの塩焼き なばなのごまマヨ和え	米、鶏ひき肉、にんじん、卵、桜でんぶ、さやえんどう/さわら/なばな、にんじん、キャベツ、マヨネーズ/さつまいも/にんじん、ほうれん草、万能ねぎ、焼き麩	★リクエストパフェ 牛乳	カステラ、コーンフレーク、生クリーム、いちご、みかん缶、ビスケット	米、ふりかけ/生揚げ、鶏ひき肉、たまねぎ、万能ねぎ、生姜/ほうれん草、白菜/かぶ/鶏肉、豆腐、にんじん、大根、白菜、ごぼう、こんにゃく、ねぎ		10	24火	ふりかけ御飯 厚揚げそぼろあん おかか和え かぶの煮物	さつまい汁 米、ふりかけ/生揚げ、鶏ひき肉、たまねぎ、万能ねぎ、生姜/ほうれん草、白菜/かぶ/鶏肉、豆腐、にんじん、大根、白菜、ごぼう、こんにゃく、ねぎ	★ぶどうゼリー ビスケット
17	17日 御飯 ★鮭のポテトグラタン 人参甘煮 31日 御飯 魚の竜田揚げ	17日 鮭、じゃがいも、たまねぎ、ほうれん草、コンソメ、チーズ	17日、31日 マドレーヌ	小麦粉、卵								
4	18水	御飯 豚の生姜焼き 茹でキャベツ チキンピーンズ	米/豚肉、たまねぎ、しょうが/キャベツ/鶏肉、大豆、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶/にんじん、白菜、しめじ	ハムチーズトースト ヨーグルト	食パン、ハム、チーズ/ヨーグルト	11	25水	御飯 ★鶏のからあげ ツナじゃが のり和え	みそ汁 米/鶏肉、生姜/じゃがいも、にんじん、たまねぎ、いんげん、ツナ缶/チンゲンサイ、えのき茸、焼きのり/しいたけ、大根、ねぎ	★ナポリタン チーズ	スパゲティー、ウインナー、たまねぎ、ピーマン、ケチャップ、粉チーズ/チーズ	
18		18日 ドライカレー はんぺんバター焼き	米、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、ピーマン、ケチャップ、中濃ソース、カレールウ/はんぺん						キャロットライス スープ ウインナーポテト 鶏のからあげ バターコーン 人参グラッセ ブロッコリー ゼリー	米、にんじん/鶏肉、生姜/ウインナー、じゃがいも/にんじん/ブロッコリー/コーン缶/ゼリー/白菜、にんじん、玉ねぎ、ベーコン、コンソメ	25日 カップケーキ	小麦粉、卵、生クリーム、いちご
5	19木	御飯 鶏と春雨の中華煮 もやしナムル かぼちゃの含め煮	米/鶏肉、しょうが、春雨、白菜、しいたけ/もやし、きゅうり/かぼちゃ/油揚げ、豆腐、たまねぎ、わかめ	鮭チャーハン 小魚	米、鮭、ねぎ、ごま/小魚	12	26木	御飯 八宝菜 白菜の和え物 ひじきの甘辛そぼろ	わかめスープ 米/豚肉、キャベツ、白菜、人参、玉ねぎ、もやし、しいたけ、ピーマン/白菜、塩昆布/ひじき、人参、小松菜、鶏ひき肉/わかめ、えのき茸、もやし、ねぎ	★おからドーナツ 果物 牛乳	ホットケーキ粉、おから/果物/牛乳	
6		御飯 ★松風焼き ゆかり和え 根菜土佐煮	米/鶏ひき肉、たまねぎ、卵/キャベツ、きゅうり、にんじん/大根、にんじん/ほうれん草、しいたけ、たまねぎ	★じゃがいももち 果物	じゃがいも、青のり/果物					御飯 煮魚 五目豆 小松菜のごま和え	けんちん汁 米/赤魚、生姜/大豆、にんじん、大根、鶏肉、こんにゃく/小松菜、キャベツ、ごま/豆腐、にんじん、大根、ごぼう、しいたけ	★おはぎ 小魚
7	21土	あんかけうどん 豚の香味焼き さつまいものきんぴら 茹でキャベツ	うどん/鶏肉、にんじん、しめじ、万能ねぎ/豚肉、ねぎ/さつまいも/キャベツ	ビスケット チーズ	ビスケット/チーズ	14	28土	わかめうどん ピーマンの肉詰め れんこんきんぴら ほうれん草のお浸し	うどん/わかめ、万能ねぎ/ピーマン、たまねぎ、豚ひき肉、卵、ケチャップ/れんこん/ほうれん草	ヨーグルト おせんべい	ヨーグルト/おせんべい	

※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。