



日	曜	献立名	おやつ	主な材料
1	水	魚のアンダレス 和え物 かきたま汁	海鮮チヂミ 牛乳	赤魚 トマト 片栗粉 小松菜 人参 キャベツ 玉ねぎ 卵 小ネギ 果物 えび 小麦粉 ニラ 牛乳
2	木	筑前煮 鶏の甘酢煮 油揚げの味噌汁	ソフール お菓子	鶏肉 ごぼう 大根 人参 こんにゃく じゃが芋 高野豆腐 油揚げ 玉ねぎ 小ネギ 味噌 果物 ヨーグルト お菓子
3	金	ハンバーグ スパサラ コンソメスープ	ピザトースト 牛乳	合挽ミンチ 玉ねぎ 人参 卵 スパゲッティ きゅうり シーチキン キャベツ 果物 食パン ウィンナー コーン 牛乳
4	土	ビビンバ わかめスープ 牛乳	お菓子 果物	米 鶏ミンチ 人参 ほうれん草 コーン わかめ 玉ねぎ ごま 牛乳 お菓子 果物
6	月	豚汁 焼魚(塩鯖)	手作りラスク 牛乳	豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく 玉ねぎ さつま芋 味噌 鯖 果物 食パン 牛乳
7	火	ポテトグラタン マカロニサラダ キャベツのスープ 味のり	とんがりコーン ヤクルト	ベーコン じゃが芋 人参 玉ねぎ しめじ 小麦粉 チーズ マカロニ きゅうり キャベツ 果物 味のり とんがりコーン ヤクルト
8	水	鮭のみそ焼き おかか和え わかめの味噌汁	さつま芋蒸しパン 牛乳	鮭 味噌 おかか 小松菜 人参 きゅうり わかめ 玉ねぎ 小ネギ 味噌 果物 さつま芋 蒸しパンミックス 牛乳
9	木	チキンカツ 酢の物 金時豆煮 中華スープ	りんごゼリー 牛乳	鶏肉 卵 パン粉 小麦粉 人参 小松菜 きゅうり ちくわ 金時豆 玉ねぎ えのき 小ネギ 果物 りんごゼリー 牛乳
10	金	ぶっかけうどん 芋の天ぷら	黄粉おはぎ 牛乳	うどん きゅうり トマト 卵 オクラ さつま芋 天ぷら粉 果物 もち米 黄粉 牛乳
11	土	焼きそば ウィンナー 牛乳	お菓子 果物	豚肉 麺 人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ ウィンナー 牛乳 お菓子 果物
13	月	ハヤシライス ポテトサラダ	ジャムサンド 牛乳	牛肉 玉ねぎ しめじ 人参 じゃが芋 きゅうり 果物 食パン いちごジャム 牛乳
14	火	肉じゃが 煮卵 なすの味噌汁	星たべよ 牛乳	牛肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 しめじ 卵 ナス 小ネギ 味噌 果物 星たべよ 牛乳
15	水	魚のタルタルソース ひじき煮 野菜スープ	ポテトもち 牛乳	カレイ 卵 小麦粉 パン粉 きゅうり らっきょ ひじき 人参 油揚げ ごぼう 大豆 かまぼこ キャベツ 玉ねぎ 果物 じゃが芋 片栗粉 牛乳
16	木	ポークピカタ 味噌マヨ和え トマトスープ 味のり	プリン 牛乳	豚肉 卵 小松菜 人参 キャベツ ちくわ 味噌 トマト 玉ねぎ 味のり 果物 プリン 牛乳
17	金	冷麺 鶏肝煮	わんぱくもち 牛乳	ハム 麺 きゅうり トマト 卵 鶏肝 玉ねぎ しょうが 果物 米 チーズ ちりめん わかめ 牛乳
18	土	親子丼 漬物 牛乳	お菓子 果物	鶏肉 卵 玉ねぎ 人参 えのき 小ネギ たくわん 牛乳
22	月	敬老の日		
21	火	ポトフ 焼魚(塩鮭)	月見団子 牛乳	ウィンナー チキンボール 玉ねぎ 人参 じゃが芋 鮭 果物 白玉粉 団子粉 かぼちゃ 牛乳
22	水	魚のホイル焼き 切昆布煮 豆腐の味噌汁	オープンサンド 牛乳	カレイ 玉ねぎ ピーマン 人参 パプリカ えのき しめじ 切昆布 ごぼう 油揚げ ちくわ 豆腐 小ネギ 味噌 果物 ロールパン 卵 牛乳
23	木	秋分の日		
24	金	〈誕生会〉唐揚げ スパゲッティ ポ テトサラダ 煮物 ふのすまし汁	ケーキ 牛乳	鶏肉 片栗粉 スパゲッティ きゅうり 人参 じゃが芋 シーチキン ふ 玉ねぎ 小ネギ 果物 ケーキ 牛乳
25	土	ナポリタン ウィンナー 牛乳	お菓子 果物	ベーコン 玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ スパゲッティ ウィンナー 牛乳 お菓子 果物
27	月	きのこカレー 野菜サラダ	台湾カステラ 牛乳	豚肉 しめじ 人参 じゃが芋 玉ねぎ きゅうり キャベツ トマト 果物 卵 小麦 粉 牛乳
28	火	麻婆なす 焼魚(塩鯖)	スイートポテト 牛乳	豚ミンチ 玉ねぎ なす 人参 しめじ 鯖 果物 さつま芋 牛乳
29	水	魚のミンチ揚げ 拌三絲 かぼちゃスープ	ケーキドーナツ 牛乳	魚のミンチ 人参 玉ねぎ ピーマン ごぼう 豆腐 小麦粉 卵 春雨 きゅうり かぼちゃ 果物 ケーキドーナツ 牛乳
30	木	コロッケ 切り干し大根煮 トマト 和風スープ	マカロニ黄粉 牛乳	合挽ミンチ じゃが芋 玉ねぎ 人参 玉ねぎ 小麦粉 パン粉 切干大根 ちくわ ごぼう トマト えのき 小ネギ 果物 マカロニ 黄粉 牛乳

※材料の仕入れ状況により変更になる場合があります。

※ご飯がいらぬ日には日付と曜日を■で塗っています。

※パスタ、カレー類のメニューの時にはスプーン フォークを持たせてください。