



日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	木	お粥 おかかじゃが芋 キャベツと麩煮	ジャムヨーグルト 豆乳パン粥	かつお節・ヨーグルト・豆乳	精白米・じゃが芋・麩・砂糖・ パン粉	キャベツ・いちごジャム
2	金	お粥 だいこん磯煮 にんじん豆乳煮	さつま芋甘煮 きな粉粥	豆乳・きな粉	精白米・さつま芋・砂糖	だいこん・青のり・にんじん
3	土	お粥 小松菜と麩煮 だいこんとにんじん豆乳煮	かぼちゃの甘煮 きな粉パン粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・パン粉	小松菜・だいこん・にんじん・かぼ ちゃ
5	月	豆乳粥 にんじんと麩のくたくた煮 パインくすもち	にんじんくす煮 コーン粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	にんじん・パイン缶・コーン缶
6	火	お粥 にんじん豆乳煮 玉ねぎと麩煮	オレンジゼリー みかんパン粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・パン粉	にんじん・玉ねぎ・オレンジジュ ース・みかん缶・アガー
7	水	おかか粥 トマトのじゃが芋煮 きな粉バナナ	きな粉くすもち フルーツパン粥	かつお節・きな粉	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗 粉・パン粉	トマト缶・バナナ・みかん缶・パ イン缶
8	木	コーンパン粥 ほうれん草と麩の煮物 にんじんと玉ねぎ豆乳煮	くすもち 青のり粥	豆乳	パン粉・麩・砂糖・片栗粉・精 白米	コーン缶・ほうれん草・にんじん・ 玉ねぎ・青のり
9	金	お粥 じゃが芋きな粉 玉ねぎ磯煮	かぼちゃ豆乳煮 豆乳パン粥	きな粉・豆乳	精白米・じゃが芋・砂糖・パン 粉	青のり・かぼちゃ
10	土	お粥 玉ねぎと麩煮 だいこんとにんじん豆乳煮	豆乳くすもち フルーツゼリー	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	玉ねぎ・だいこん・にんじん・りん ごゼリー・黄桃缶・みかん缶・ア ガー
13	火	お粥 にんじんとコーン豆乳煮 キャベツと麩煮	豆乳くすもち オレンジパン粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉・パ ン粉	にんじん・コーン缶・キャベツ・オ レンジジュース
14	水	にんじんパン粥 かぼちゃ豆乳煮 じゃが芋磯煮	くすもち おかか粥	豆乳・かつお節	パン粉・砂糖・じゃが芋・片栗 粉・精白米	にんじん・かぼちゃ・青のり
15	木	豆乳粥 白菜と麩煮 にんじん甘煮	じゃが芋磯煮 きな粉パン粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・じゃが芋・ パン粉	白菜・にんじん・青のり
16	金	お粥 キャベツとにんじん豆乳煮 麩とコーン煮	豆乳くすもち フルーツヨーグルト	豆乳・ヨーグルト	精白米・麩・砂糖・片栗粉	キャベツ・にんじん・コーン缶・パ ナナ



日	曜	昼食	おやつ	赤・血や肉になる	黄・熱や力となる	緑・調子をととのえる
17	土	青のり粥 高野とうふとにんじん煮 玉ねぎと麩煮	きな粉バナナ 豆乳パン粥	高野とうふ・きな粉・豆乳	精白米・麩・砂糖・パン粉	青のり・にんじん・玉ねぎ・バナナ
19	月	にんじん粥 ブロッコリーの豆乳煮 じゃが芋きな粉	くずもち おかか粥	豆乳・きな粉・かつお節	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉	にんじん・ブロッコリー
20	火	お粥 にんじん豆乳煮 かぼちゃの甘煮	パインヨーグルト じゃが芋磯煮	豆乳・ヨーグルト	精白米・砂糖・じゃが芋	にんじん・かぼちゃ・パイン缶・青のり
21	水	みかんパン粥 キャベツとにんじん豆乳煮 じゃが芋と玉ねぎ煮	さつま芋甘煮 菜めし粥	豆乳	パン粉・砂糖・じゃが芋・さつま芋・精白米	みかん缶・キャベツ・にんじん・玉ねぎ・菜めしの素
22	木	ほうれん草粥 春雨とコーン豆乳煮 にんじんと麩のくたくた煮	きな粉くずもち おかか粥	豆乳・きな粉・かつお節	精白米・春雨・麩・砂糖・片栗粉	ほうれん草・コーン缶・にんじん
23	金	お粥 高野とうふとコーン煮 おかかじゃが芋	豆乳くずもち オレンジゼリー	高野とうふ・かつお節・豆乳	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉	コーン缶・オレンジジュース・アガー
24	土	しらす粥 磯とうふ 玉ねぎと麩煮	じゃが芋煮 豆乳いちごパン粥	しらす干し・とうふ・豆乳	精白米・麩・じゃが芋・砂糖・パン粥	青のり・玉ねぎ・いちごジャム
26	月	青のり粥 キャベツとコーン煮 にんじんと玉ねぎ豆乳煮	じゃが芋きな粉 菜めし粥	豆乳・きな粉	精白米・じゃが芋	青のり・キャベツ・コーン缶・にんじん・玉ねぎ・菜めしの素
27	火	にんじん粥 じゃが芋と玉ねぎ豆乳煮 麩とコーン煮	みかんヨーグルト 豆乳パン粥	豆乳・ヨーグルト	精白米・じゃが芋・砂糖・麩・パン粉	にんじん・玉ねぎ・コーン缶・みかん缶
28	水	豆乳パン粥 玉ねぎと麩煮 にんじんとコーン煮	きな粉くずもち 青のり粥	豆乳・きな粉	パン粉・砂糖・麩・片栗粉・精白米	玉ねぎ・にんじん・コーン缶・青のり
29	木	お粥 白菜の磯煮 とうふとにんじん煮	豆乳くずもち きな粉パン粥	とうふ・豆乳・きな粉	精白米・砂糖・片栗粉・パン粉	白菜・青のり・にんじん
30	金	お粥 チンゲン菜と麩煮 春雨とコーン豆乳煮	かぼちゃのくず煮 豆乳いちごパン粥	豆乳	精白米・麩・春雨・砂糖・片栗粉・パン粉	チンゲン菜・コーン缶・かぼちゃ・いちごジャム
31	土	給食・午後おやつ提供無し	豆乳くずもち	豆乳	砂糖・片栗粉	

※ 食材の入荷の都合上、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。