



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	水	お粥 とうふ煮 にんじんと玉ねぎ煮	青のりポテト 豆乳粥	とうふ・豆乳	精白米・じゃが芋	にんじん・玉ねぎ・青のり	
2	木	きな粉粥 磯とうふ にんじんの旨煮	くずもち おかか粥	きな粉・かつお節・とうふ	精白米・砂糖・片栗粉	青のり・にんじん	
3	金	にんじん粥 ほうれん草と麩の煮物 コーン豆乳くずもち	きな粉くずもち 豆乳粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・片栗粉	にんじん・ほうれん草・コーン缶	
4	土	お粥 おかかじゃが芋 にんじんと麩のくたくた煮	かぼちゃの旨煮 豆乳いちご粥	かつお節・豆乳	精白米・じゃが芋・麩・砂糖	にんじん・かぼちゃ・いちごジャム	
6	月	トマト粥 青のりポテト ブロッコリーの豆乳煮	くずもち 菜めし粥	豆乳・きな粉	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉	トマト缶・青のり・ブロッコリー・ 菜めしの素	
7	火	かぼちゃ粥 にんじんとだいこん豆乳煮 キャベツと玉ねぎ煮	豆乳くずもち 豆乳粥	豆乳	精白米・砂糖・片栗粉	かぼちゃ・キャベツ・玉ねぎ・にん じん・だいこん	
8	水	お粥 玉ねぎと麩煮 キャベツとにんじん豆乳煮	こぶき芋 フルーツ粥	豆乳	精白米・麩・じゃが芋	玉ねぎ・キャベツ・にんじん・みか ん缶・パイナップル	
9	木	コーン粥 とうふのくず煮 春雨とにんじん煮	パインくずもち きな粉粥	とうふ・きな粉	精白米・砂糖・片栗粉・春雨	コーン缶・にんじん・パイナップル	
10	金	お粥 麩とコーン豆乳煮 白菜とにんじん煮	くずもち 青のり粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	コーン缶・白菜・にんじん・青のり	
11	土	あおぞらフェスティバルのため 給食・おやつ提供無し					
14	火	豆乳粥 玉ねぎと麩煮 にんじんの旨煮	くずもち きな粉粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・片栗粉	玉ねぎ・にんじん	
15	水	お粥 高野とうふくず煮 にんじんとだいこん煮	きな粉くずもち さつま芋の豆乳煮	高野とうふ・きな粉・豆乳	精白米・砂糖・片栗粉・さつま 芋	にんじん・だいこん	
16	木	コーン粥 小松菜と麩煮 だいこんとにんじん豆乳煮	じゃが芋の豆乳煮 青のり粥	豆乳	精白米・麩・じゃが芋	コーン缶・小松菜・だいこん・にん じん・青のり	



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	金	お粥 さつまいの豆乳煮 キャベツとコーン煮	にんじんくず煮 おかか粥	豆乳・かつお節	精白米・さつまい・砂糖・片栗粉	キャベツ・コーン缶・にんじん
18	土	お粥 白菜とコーン豆乳煮 にんじんと麩のくたくた煮	さつまい煮 豆乳粥	豆乳・かつお節	精白米・麩・さつまい	白菜・コーン缶・にんじん
20	月	コーンの豆乳粥 キャベツと麩の磯煮 みかんくずもち	青のり粥 にんじん粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	コーン缶・キャベツ・みかん缶・青のり・にんじん
21	火	お粥 にんじんと玉ねぎ豆乳煮 キャベツと麩の磯煮	きな粉くずもち つぶつぶみかんゼリー	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖・片栗粉	にんじん・玉ねぎ・キャベツ・アガー・みかん缶・オレンジジュース
22	水	トマト粥 じゃが芋とコーンの豆乳煮 にんじん煮	豆乳くずもち さつまい粥	豆乳	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉・さつまい	トマト缶・コーン缶・にんじん
23	木	ブロッコリー粥 玉ねぎ磯豆乳煮 さつまいの旨煮	りんごゼリー 青のり粥	豆乳	精白米・さつまい・砂糖	ブロッコリー・玉ねぎ・青のり・アガー・りんごジュース
24	金	にんじん粥 玉ねぎ磯煮 コーンと麩の豆乳煮	みかんくずもち 豆乳粥	豆乳	精白米・麩・砂糖・片栗粉	にんじん・青のり・コーン缶・みかん缶・玉ねぎ
25	土	お粥 だいこんと麩煮 にんじん豆乳煮	きな粉バナナ 豆乳いちご粥	豆乳・きな粉	精白米・麩・砂糖	だいこん・にんじん・バナナ・いちごジャム
27	月	塩かゆ にんじんと玉ねぎ豆乳煮 フルーツくずもち	くずもち おかか粥	豆乳・かつお節	精白米・にんじん・玉ねぎ・砂糖・片栗粉	にんじん・玉ねぎ・フルーツカクテル缶・みかん缶
28	火	コーン粥 トマトのじゃが芋煮 にんじんと麩のくたくた煮	かぼちゃの旨煮 きな粉粥	きな粉	精白米・じゃが芋・麩・砂糖	コーン缶・トマト缶・にんじん・かぼちゃ
29	水	トマト粥 じゃが芋と玉ねぎ煮 にんじんとコーン豆乳煮	きな粉くずもち フルーツゼリー	豆乳・きな粉	精白米・じゃが芋・砂糖・片栗粉	トマト缶・玉ねぎ・にんじん・コーン缶・アガー・黄桃缶・みかん缶・りんごジュース
30	木	お粥 にんじん豆乳煮 だいこんとコーン煮	豆乳くずもち 豆乳粥	豆乳	精白米・砂糖・片栗粉	だいこん・コーン缶・いちごジャム・にんじん
31	金	青のり豆乳粥 ブロッコリーと麩のくたくた煮 かぼちゃとじゃが芋煮	くずもち 豆乳いちご粥	豆乳	精白米・麩・じゃが芋・砂糖・片栗粉	青のり・ブロッコリー・かぼちゃ・いちごジャム

※ 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。