

給食献立表

2022年4月

向こころ保育園

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1・15	金	ロールパン かじきのムニエル フレンチサラダ(キャベツ) 野菜スープ(ベーコン・人参・玉葱・トマト・じゃが芋)	牛乳 牛乳 おにぎり(ゆかり) オレンジ	ロールパン、米、砂糖、 じゃが芋、小麦粉、油	牛乳、かじき、ベーコン、 バター	キャベツ、オレンジ、 人参、みかん缶、トマト、 玉葱、胡瓜
2・16	土	御飯 ローストチキン かぶの煮物 味噌汁(さつま芋・玉葱)	牛乳 カルテツサブレ とつとちゃんせんべい バナナ	米、さつま芋、砂糖	牛乳、鶏肉、味噌	バナナ、玉葱、かぶ、 人参、かぶ・葉、生姜、 にんにく
4・18	月	御飯 とりつくね もやしのナムル 味噌汁(南瓜・人参・玉葱)	牛乳 おからパウンドケーキ りんご	米、小麦粉、油、砂糖、 片栗粉、ごま油	牛乳、鶏挽、豆腐、卵、 おから、味噌、ごま	南瓜、りんご、もやし、 ほうれん草、人参、 長葱、玉葱
5・19	火	菜の花ごはん(卵・しらす) 鯖の塩焼き 里芋の土佐煮 味噌汁(若布・人参・長葱)	牛乳 ラスク いちご	米、里芋、食パン、 マーガリン、砂糖、油	牛乳、鯖、卵、しらす、 味噌、かつお節	いちご、人参、長葱、 小松菜、昆布、若布
6・20	水	鶏南蛮うどん さつま芋てんぷら 変り漬け ヨーグルト	牛乳 和風ツナおにぎり グレープフルーツ	さつま芋、干麺、米、 てんぷら粉、砂糖、 ごま油、油	牛乳、ヨーグルト、鶏肉、 ツナ	グレープフルーツ、 玉葱、胡瓜、人参、 長葱、干椎茸
7・21	木	御飯 鯖の西京焼き 白和え すまし汁(青梗菜・玉葱・えのきたけ)	牛乳 フルーチェ いちご クラッカーサンド	米、こんにゃく、砂糖	牛乳、鯖、豆腐、味噌、 クリームチーズ、ごま	青梗菜、小松菜、人参、 玉葱、えのきたけ、しめじ
8・22	金	ぶどうパン クリームシチュー きんぴらサラダ りんご	牛乳 おにぎり(若菜) オレンジ	ぶどうパン、米、砂糖、 じゃが芋、小麦粉、油	牛乳、豚肉、ハム、 バター	玉葱、りんご、オレンジ、 牛蒡、人参、胡瓜、 アスパラガス
9・23	土	御飯 鶏肉のホイル焼き キャベツの旨煮 味噌汁(大根・人参・玉葱)	牛乳 鈴木ステラ 小丸ちゃん バナナ	米、ごま油、オリーブ油、 砂糖	牛乳、鶏肉、味噌	バナナ、キャベツ、 大根、人参、玉葱、 いんげん
11・25	月	和風スパゲティ さつま芋のオレンジ煮 レタスのスープ(レタス・人参・玉葱)	牛乳 牛乳 野菜入りマフィン いちご	さつま芋、スパゲティ、 小麦粉、砂糖、油	牛乳、豚挽、卵、バター、 かつお節	いちご、玉葱、人参、 オレンジ濃縮果汁、 レタス、ピーマン、 りんご、ほうれん草
12・26	火	カレーライス 野菜ソテー(もやし・アスパラ) すまし汁 (キャベツ・万能葱・しめじ)	牛乳 カルテツベビードーナツ ミニのりすけ バナナ	米、じゃが芋、小麦粉、 油	牛乳、鶏肉、バター	バナナ、玉葱、もやし、 人参、キャベツ、しめじ、 アスパラガス、万能葱、 いちごジャム
13・27	水	御飯 鮭の磯辺焼き 切干大根の煮物 味噌汁(白菜・玉葱)	牛乳 ミニ・クロワッサン パンプキンスープ	米、クロワッサン、油、 小麦粉、砂糖、片栗粉	牛乳、鮭、バター、味噌、 油揚げ、生クリーム	白菜、南瓜、玉葱、 人参、切干大根、椎茸、 いんげん、青のり
14・28	木	御飯 ナゲット 和えもの(カリフラワー・ツナ) 味噌汁(ほうれん草・長葱・えのきたけ)	牛乳 クッキー りんご	米、小麦粉、砂糖、 片栗粉、油	牛乳、豆腐、鶏挽、 鶏肉、卵、ツナ、 味噌、バター	カリフラワー、りんご、 ほうれん草、長葱、 えのきたけ、玉葱、人参
30	土	豚肉丼 粉ふき芋 人参の甘煮 味噌汁(もやし・玉葱)	牛乳 りんごジャムサンド はっぱなせんべい バナナ	米、じゃが芋、砂糖、 片栗粉、ごま油	牛乳、豚肉、味噌	バナナ、玉葱、もやし、 人参、にら、青のり
3～5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)			エネルギー	584kcal	鉄	2.7mg
			たんぱく質	23.3g	カルシウム	267mg
			脂質	19.0g	ビタミンC	37mg
			塩分	2.5g	食物繊維	5.1g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

2022年4月

給食献立予定表(離乳食)初期食・中期食用

向こころ保育園

日にち	午前初期食Ⅰ	午前初期食Ⅱ	午前中期食Ⅰ		午後中期食Ⅱ	
			午前	午後	午前	午後
1・15 金	パンがゆつぶし 人参ペースト キャベツペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし キャベツつぶし じゃが芋つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	パンがゆ 魚のトマト煮 (たら・トマト・だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・人参・じゃが芋 だし・塩)	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・大根・人参・だし 味噌) すまし汁 (小松菜・だし・醤油)	パンがゆ スティックパン 魚のトマト煮 (たら・トマト・だし・醤油) 煮浸し (キャベツ・人参・じゃが芋 だし・塩)	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・大根・人参・だし 味噌) すまし汁 (小松菜・だし・醤油)
2 土						
4・18 月	つぶしがゆ ほうれん草ペースト 南瓜ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ ほうれん草つぶし 南瓜つぶし 玉葱つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・だし・醤油) 味噌汁 (南瓜・玉葱・ほうれん草 だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・鮭・人参・白菜 だし・味噌) 煮浸し (なす・玉葱・だし)	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・だし・醤油) 味噌汁 (南瓜・玉葱・ほうれん草 だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・鮭・人参・白菜 だし・味噌) 煮浸し (なす・玉葱・だし)
5・19 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 青菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 青菜つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ とろみ煮 (しらす・玉葱・だし) 煮物 (里芋・人参・だし・味噌)	パンがゆ 豆腐のあんかけ (豆腐・玉葱・人参・だし 醤油) 野菜スープ (かぶ・だし・塩)	七倍がゆ とろみ煮 (しらす・玉葱・だし) 煮物 (里芋・人参・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン 豆腐のあんかけ (豆腐・玉葱・人参・だし 醤油) 野菜スープ (かぶ・だし・塩)
6・20 水	つぶしがゆ 人参ペースト さつま芋ペースト 白菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし さつま芋つぶし 白菜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・さつま芋 白菜・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ たらの野菜煮 (たら・キャベツ・人参・だし 味噌) やわらか煮 (大根・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・さつま芋 白菜・だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) プレーンヨーグルト	七倍がゆ たらの野菜煮 (たら・キャベツ・人参・だし 味噌) やわらか煮 (大根・だし・醤油)
7・21 木	つぶしがゆ 玉葱ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 人参つぶし 小松菜つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚の味噌煮 (鮭・玉葱・だし・味噌) 煮浸し (小松菜・人参・だし)	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・人参・だし) 煮物 (カリフラワー・玉葱・だし 醤油)	七倍がゆ 魚の味噌煮 (鮭・玉葱・だし・味噌) 煮浸し (小松菜・人参・だし)	七倍がゆ そぼろ煮 (ささみ・人参・だし) 煮物 (カリフラワー・玉葱・だし 醤油)
8・22 金	パンがゆつぶし 人参ペースト 玉葱ペースト じゃが芋ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし 玉葱つぶし じゃが芋つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのスープ煮 (ささみ・人参・なす・玉葱 だし・醤油) じゃが芋マッシュ (じゃが芋・だし・塩)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・さつま芋・だし・醤油) 味噌汁 (白菜・人参・玉葱・だし 味噌)	パンがゆ スティックパン ささみのスープ煮 (ささみ・人参・なす・玉葱 だし・醤油) じゃが芋マッシュ (じゃが芋・だし・塩)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・さつま芋・だし・醤油) 味噌汁 (白菜・人参・玉葱・だし 味噌)
9・23 土						
11・25 月	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト さつま芋ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし さつま芋つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 だし・味噌) 煮物 (さつま芋・だし・醤油)	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・ほうれん草・だし 醤油) トロトロ煮 (カリフラワー・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・豆腐・人参・玉葱 だし・味噌) 煮物 (さつま芋・だし・醤油)	七倍がゆ 煮鶏 (ささみ・ほうれん草・だし 醤油) トロトロ煮 (カリフラワー・人参・だし)
12・26 火	つぶしがゆ 人参ペースト じゃが芋ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし じゃが芋つぶし キャベツつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・じゃが芋・人参 玉葱・だし・醤油) すまし汁 (キャベツ・だし・塩)	七倍がゆ 煮魚 (たら・なす・だし・醤油) 味噌煮 (里芋・かぶ・人参・だし 味噌)	七倍がゆ 肉じゃが (ささみ・じゃが芋・人参 玉葱・だし・醤油) すまし汁 (キャベツ・だし・塩)	七倍がゆ 煮魚 (たら・なす・だし・醤油) 味噌煮 (里芋・かぶ・人参・だし 味噌)
13・27 水	つぶしがゆ 人参ペースト 白菜ペースト 大根ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 白菜つぶし 大根つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・白菜・玉葱・だし・味噌) 紅白煮 (大根・人参・だし)	パンがゆ 豆腐のとろみ煮 (豆腐・ブロッコリー・人参 だし・醤油) 南瓜マッシュ (南瓜・だし)	七倍がゆ 鮭の旨煮 (鮭・白菜・玉葱・だし・味噌) 紅白煮 (大根・人参・だし)	パンがゆ スティックパン 豆腐のとろみ煮 (豆腐・ブロッコリー・人参 だし・醤油) 南瓜マッシュ (南瓜・だし)
14・28 木	パンがゆつぶし 人参ペースト ほうれん草ペースト カリフラワーペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし 人参つぶし ほうれん草つぶし カリフラワーつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (ほうれん草・カリフラワー 人参・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・なす・玉葱 だし・味噌) しらす煮 (しらす・人参・だし・醤油)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・醤油) 味噌汁 (ほうれん草・カリフラワー 人参・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・なす・玉葱 だし・味噌) しらす煮 (しらす・人参・だし・醤油)
30 土						

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

2022年4月の給食（後期食）

向こころ保育園

毎日つくもの		午前食		午後食		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
1	15	金	ロールパン パンがゆ かじきのムニエル キャベツのサラダ 野菜スープ	ロールパン かじき、塩、小麦粉、バター キャベツ、人参、砂糖、醤油 人参、玉葱、トマト、じゃが芋、塩、コンソメ	全粥 豚と野菜の旨煮 ゆかり煮 味噌汁	米 豚挽、アスパラ、人参、砂糖、醤油 小松菜、人参、玉葱、ゆかり 大根、人参、だし、味噌
2	16	土	全粥 そばろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、醤油、みりん かぶ、葉、人参、だし、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、玉葱、だし、味噌	全粥 豆腐の味噌煮 南瓜のきんぴら すまし汁	米 豆腐、砂糖、味噌 南瓜、油、砂糖、醤油、ごま ブロッコリー、玉葱、人参、だし、塩、醤油
4	18	月	全粥 とりつくね 和えもの 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、塩、醤油 ほうれん草、もやし、人参、醤油 南瓜、人参、玉葱、だし、味噌	煮込みうどん 煮魚 茄子の炒めもの	うどん、人参、玉葱、白菜、だし、塩、醤油 鮭、砂糖、醤油 なす、ピーマン、人参、油、砂糖、醤油、みりん
5	19	火	全粥 魚の塩焼き 里芋の土佐煮 味噌汁	米 たら、塩 里芋、人参、だし、砂糖、醤油、かつお節 若布、人参、長葱、だし、味噌	食パン パンがゆ 炒り豆腐 野菜炒め 洋風味噌汁	食パン 豆腐、人参、玉葱、油、砂糖、醤油 青梗菜、玉葱、コンソメ、塩、油 かぶ、葉、人参、だし、味噌、牛乳
6	20	水	煮込みうどん ふかし芋 煮浸し ヨーグルト	うどん、鶏挽、人参、玉葱、だし、砂糖 醤油、みりん、塩 さつま芋 白菜、人参、だし、醤油、ごま油 ヨーグルト	全粥 ツナの野菜煮 スティック大根 野菜スープ	米 ツナ、人参、玉葱、キャベツ、塩、コンソメ 大根、だし アスパラ、玉葱、だし、塩、醤油
7	21	木	全粥 魚の味噌煮 白和え すまし汁	米 かじき、味噌、砂糖、みりん 豆腐、人参、小松菜、だし、砂糖、みりん、塩 醤油、ごま 青梗菜、玉葱、だし、塩、醤油	全粥 そばろ煮 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、人参、砂糖、醤油、みりん カリフラワー、人参、だし、醤油、みりん 麩、人参、だし、味噌
8	22	金	食パン パンがゆ クリームシチュー 茄子のサラダ りんご	食パン 豚挽、じゃが芋、玉葱、人参、アスパラ、バター 小麦粉、牛乳、コンソメ、塩 茄子、人参、塩 すりおろしりんご	全粥 煮奴 白菜ソテー 味噌汁	米 豆腐、だし、醤油、砂糖 白菜、人参、玉葱、油、醤油、塩 さつま芋、人参、だし、味噌
9	23	土	全粥 煮鶏 キャベツの旨煮 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、塩、醤油 キャベツ、人参、だし、砂糖、醤油、ごま油 大根、人参、長葱、だし、味噌	全粥 煮魚 かぶの味噌煮 野菜スープ	米 たら、コンソメ、塩 かぶ、人参、だし、砂糖、味噌、醤油 里芋、人参、玉葱、だし、醤油、塩
11	25	月	煮込みうどん さつま芋のオレンジ煮 レタスのスープ	うどん、豚挽、人参、玉葱、ピーマン、油、コンソメ 醤油、かつお節 さつま芋、砂糖、塩、オレンジジュース レタス、玉葱、人参、塩、コンソメ	全粥 豆腐ステーキ 和えもの 味噌汁	米 豆腐、小麦粉、油、醤油、みりん ほうれん草、人参、醤油 カリフラワー、玉葱、だし、味噌
12	26	火	全粥 肉じゃが 野菜ソテー すまし汁	米 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、醤油 もやし、アスパラ、人参、玉葱、油、コンソメ、醤油 キャベツ、万能葱、だし、塩、醤油	全粥 魚の甘酢煮 里芋のチーズ焼き 味噌汁	米 かじき、玉葱、だし、酢、砂糖、醤油 里芋、油、チーズ かぶ、なす、人参、だし、味噌
13	27	水	全粥 鮭の磯辺煮 大根の煮物 味噌汁	米 鮭、砂糖、醤油、青のり、片栗粉 大根、人参、だし、砂糖、みりん、醤油 白菜、玉葱、だし、味噌	食パン パンがゆ パンプキンスープ 豚とブロッコリーの炒め物 和えもの	食パン 南瓜、玉葱、バター、小麦粉、牛乳、生クリーム コンソメ、塩 豚挽、人参、ブロッコリー、塩、醤油 青梗菜、人参、塩
14	28	木	全粥 鶏団子のケチャップ煮 和えもの 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、卵、玉葱、塩、片栗粉、ケチャップ カリフラワー、人参、ツナ、醤油 ほうれん草、長葱、だし、味噌	煮込みうどん しらす炒め なすと人参のごま煮	うどん、玉葱、人参、ピーマン、だし、味噌 しらす、玉葱、人参、醤油、塩、油 なす、人参、ごま、だし、砂糖、醤油
30		土	全粥 豚煮の煮物 粉ふき芋 人参の甘煮 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、にら、砂糖、醤油、ごま油 じゃが芋、塩、青のり 人参、砂糖、塩 もやし、玉葱、だし、味噌	全粥 豆腐のあんかけ おなか和え 味噌汁	米 豆腐、だし、砂糖、醤油、片栗粉 キャベツ、人参、かつお節、醤油 小松菜、玉葱、だし、味噌

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。

2022年4月の給食（完了期食）

向こころ保育園

毎日つくもの		午前食		午後食		
		ミルク		ミルク		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
1	15	金	ロールパン パンがゆ かじきのムニエル キャベツのサラダ 野菜スープ	ロールパン かじき、塩、小麦粉、バター キャベツ、人参、砂糖、醤油 人参、玉葱、トマト、じゃが芋、塩、コンソメ	おにぎり 味噌汁	米、ゆかり 大根、人参、だし、味噌
2	16	土	軟飯 そぼろ煮 かぶの煮物 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、醤油、みりん かぶ、葉、人参、だし、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、玉葱、だし、味噌	軟飯 豆腐の味噌煮 南瓜のきんぴら	米 豆腐、砂糖、味噌 南瓜、油、砂糖、醤油、ごま
4	18	月	軟飯 とりつくね 和えもの 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、塩、醤油 ほうれん草、もやし、人参、醤油 南瓜、人参、玉葱、だし、味噌	おからパウンドケーキ りんご	小麦粉、ベーキングパウダー、卵、油 グラニュー糖、牛乳、おから、バニラエッセンス りんご
5	19	火	軟飯 魚の塩焼き 里芋の土佐煮 味噌汁	米 たら、塩 里芋、人参、だし、砂糖、醤油、かつお節 若布、人参、長葱、だし、味噌	ラスク いちご	食パン、マーガリン、グラニュー糖 いちご
6	20	水	煮込みうどん ふかし芋 煮浸し ヨーグルト	うどん、鶏挽、人参、玉葱、だし、砂糖 醤油、みりん、塩 さつま芋 白菜、人参、だし、醤油、ごま油 ヨーグルト	和風ツナおにぎり 野菜スープ	米、ツナ、玉葱、油、みりん、醤油 アスパラ、玉葱、だし、塩、醤油
7	21	木	軟飯 魚の味噌煮 白和え すまし汁	米 かじき、味噌、砂糖、みりん 豆腐、人参、小松菜、だし、砂糖、みりん、塩 醤油、ごま 青梗菜、玉葱、えのき茸、だし、塩、醤油	軟飯 そぼろ煮 煮浸し	米 鶏挽、玉葱、人参、砂糖、醤油、みりん カリフラワー、人参、だし、醤油、みりん
8	22	金	食パン パンがゆ クリームシチュー 茄子のサラダ りんご	食パン 豚挽、じゃが芋、玉葱、人参、アスパラ、バター 小麦粉、牛乳、コンソメ、塩 茄子、人参、塩 スライスりんご	おにぎり 味噌汁	米、若菜 さつま芋、人参、だし、味噌
9	23	土	軟飯 煮鶏 キャベツの旨煮 味噌汁	米 鶏挽、人参、玉葱、塩、醤油 キャベツ、人参、だし、砂糖、醤油、ごま油 大根、人参、長葱、だし、味噌	軟飯 煮魚 かぶの味噌煮	米 たら、コンソメ、塩 かぶ、人参、だし、砂糖、味噌、醤油
11	25	月	和風スパゲティ さつま芋のオレンジ煮 レタスのスープ	スパゲティ、豚挽、人参、玉葱、ピーマン、油 コンソメ、醤油、かつお節 さつま芋、砂糖、塩、オレンジジュース レタス、玉葱、人参、塩、コンソメ	野菜入りマフィン いちご	小麦粉、ベーキングパウダー、バター 卵、牛乳、砂糖、人参、りんご、ほうれん草 いちご
12	26	火	軟飯 肉じゃが 野菜ソテー すまし汁	米 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、砂糖、醤油 もやし、アスパラ、人参、玉葱、油、コンソメ、醤油 キャベツ、万能葱、しめじ、だし、塩、醤油	軟飯 魚の甘酢煮 里芋のチーズ焼き	米 かじき、玉葱、だし、酢、砂糖、醤油 里芋、油、チーズ
13	27	水	軟飯 鮭の磯辺煮 大根の煮物 味噌汁	米 鮭、砂糖、醤油、青のり、片栗粉 大根、人参、だし、砂糖、みりん、醤油 白菜、玉葱、だし、味噌	食パン パンがゆ パンプキンスープ 豚とブロッコリーの炒め物	食パン 南瓜、玉葱、バター、小麦粉、牛乳、生クリーム コンソメ、塩 豚挽、人参、ブロッコリー、塩、醤油
14	28	木	軟飯 鶏団子のケチャップ煮 和えもの 味噌汁	米 鶏挽、豆腐、卵、玉葱、塩、片栗粉、ケチャップ カリフラワー、人参、ツナ、醤油 ほうれん草、長葱、えのき茸、だし、味噌	煮込みうどん しらす炒め	うどん、玉葱、人参、ピーマン、だし、味噌 しらす、玉葱、人参、醤油、塩、油
30		土	軟飯 豚煮の煮物 粉ふき芋 人参の甘煮 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、にら、砂糖、醤油、ごま油 じゃが芋、塩、青のり 人参、砂糖、塩 もやし、玉葱、だし、味噌	軟飯 豆腐のあんかけ おかか和え	米 豆腐、だし、砂糖、醤油、片栗粉 キャベツ、人参、かつお節、醤油

* 材料の都合により献立が変更になることがあります。