

給食献立表

2024年7月

向こころ保育園

日付	昼食献立名 毎日つくもの	材 料		3時おやつ 牛 乳	
		麦 茶			
1・29 月	中華丼 塩昆布和え 味噌汁	米、豚肉、油、人参、玉葱、白菜、椎茸、砂糖、塩、醤油 コンソメ、片栗粉 ほうれん草、人参、ツナ、塩昆布、ごま油 なす、長葱、だし、味噌		南瓜のカップケーキ (米粉、ベーキングパウダー、油、塩 南瓜、牛乳、砂糖、バニラエッセンス) メロン	
2・16 火	にんにく醤油のスパゲティ かぶのカレー風味煮 野菜スープ ヨーグルト	スパゲティ、鶏肉、にんにく、玉葱、しめじ、オリーブ油 砂糖、塩、醤油 ベーコン、かぶ、人参、アスパラ、砂糖、醤油、カレー粉、油 青梗菜、人参、塩、コンソメ ヨーグルト		揚げパン (ロールパン、グラニュー糖、油) りんご	
3・17 水	御飯 鯖の生姜焼き おかか和え 味噌汁	米 鯖、生姜、みりん、醤油 モロヘイヤ、人参、かつお節、醤油 さつまい、玉葱、えのき、だし、味噌		わらび餅 (わらび餅粉、きな粉、砂糖、塩) オレンジ	
4・18 木	ぶどうパン 豆腐グラタン ミックスサラダ 野菜スープ	ぶどうパン 豚挽、豆腐、玉葱、ズッキーニ、なす、トマト、ケチャップ、砂糖 塩、コンソメ、チーズ、油 キャベツ、人参、胡瓜、砂糖、酢、醤油、ごま油 もやし、にんじん、万能葱、塩、コンソメ		きつねおにぎり (米、油揚げ、砂糖、醤油) すいか	
5・19 金	わかめご飯 鮭のみそ焼き 冬瓜のあんかけ すまし汁	米、炊き込みわかめ 鮭、砂糖、みりん、味噌 鶏挽、冬瓜、人参、だし、みりん、醤油、片栗粉 そうめん、人参、オクラ、だし、塩、醤油		フルーツカルピス (カルピス・寒天・グラニュー糖 パイン缶・みかん缶) きらきらコーンのおほしさま	
6・20 土	御飯 鶏の甘辛煮 千草煮 味噌汁	米 鶏肉、玉葱、いんげん、油、だし、砂糖、醤油、片栗粉 小松菜、人参、油揚げ、だし、みりん、醤油 じゃが芋、玉葱、だし、味噌		カルテツほうれん草ドーナツ きかん棒 バナナ	
8・22 月	冷やしラーメン 南瓜とレーズンの煮物 中華きゅうり	中華麺、長葱、中華だし、塩、醤油、オイスターソース ごま油、キャベツ、若布、ハム 南瓜、砂糖、レモン汁、干しぶどう 胡瓜、塩、醤油、ごま油、		ゆかりおにぎり (米、ゆかり) りんご	
9・23 火	御飯 かじきの照り焼き さつまい炒め 味噌汁	米 かじき、みりん、醤油、片栗粉、油 さつまい、人参、玉葱、ピーマン、油、醤油、コンソメ 豆腐、ほうれん草、玉葱、だし、味噌		クラッカー ミニのりすけ バナナ	
10・24 水	ロールパン クリームシチュー 野菜サラダ ヨーグルト	ロールパン 鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉、牛乳、塩、コンソメ レタス、カニカマ、胡瓜、人参、砂糖、塩、酢、醤油 ヨーグルト		五平餅 (米、砂糖、醤油、片栗粉) すいか	
11・25 木	御飯 すずきのカレームニエル ラトウユ すまし汁	米 すずき、塩、小麦粉、カレー粉、バター ベーコン、人参、玉葱、なす、トマト、ズッキーニ、にんにく オリーブ油、塩、コンソメ モロヘイヤ、人参、玉葱、だし、塩、醤油		人参ケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、卵 グラニュー糖、人参、油、レモン汁) メロン	
12・26 金	御飯 鶏の唐揚げ ごまマヨネーズ和え 味噌汁	米 鶏肉、生姜、にんにく、醤油、片栗粉、小麦粉、油 いんげん、もやし、人参、白ごま、マヨネーズ、醤油 南瓜、玉葱、だし、味噌		ココアクリームサンド (食パン、ココア、片栗粉、グラニュー糖 牛乳、バニラエッセンス) オレンジ	
13・27 土	御飯 ハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、油、ケチャップ、ソース ブロッコリー、玉葱、コーン、油、塩、醤油 キャベツ、人参、油揚げ、だし、味噌		りんごジャムサンド きなこせんべい バナナ	
30 火	御飯 鯖の磯辺焼き 切り干し大根の煮物 味噌汁	米 鯖、生姜、醤油、青のり、片栗粉 切り干し大根、人参、油揚げ、いんげん、油、だし 砂糖、みりん、醤油 冬瓜、玉葱、だし、味噌		豆腐ドーナツ (ホットケーキミックス粉、豆腐、卵 油、砂糖) オレンジ	
31 水	ぶどうパン ローストチキン さつまいのバター煮 野菜スープ ヨーグルト	ぶどうパン 鶏肉、玉葱、生姜、にんにく、みりん、醤油 さつまい、バター、砂糖、塩 ベーコン、人参、玉葱、もやし、キャベツ、塩、コンソメ ヨーグルト		おかかおにぎり (米、かつお節、醤油) すいか	
3~5歳児 1か月の平均栄養量 (おやつ含む)		エネルギー	575kcal	鉄	2.9mg
		たんぱく質	23.5g	カルシウム	265mg
		脂 質	18.9g	ビタミンC	37mg
		塩 分	2.5g	食物繊維	4.8g

※材料の都合により献立が変更になることがあります。

2024年7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・29 月	つぶしがゆ 人参ペースト 白菜ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 白菜つぶし ほうれん草つぶし しらすつぶし 野菜スープ	七倍がゆ ささみのあんかけ (ささみ・人参・白菜・なす だし・塩) 煮浸し (ほうれん草・だし・味噌)	七倍がゆ 鮭の野菜煮 (鮭・玉葱・青菜・だし・味噌) マッシュ (南瓜・だし)	七倍がゆ ささみのあんかけ (ささみ・人参・白菜・なす だし・塩) 煮浸し (ほうれん草・だし・味噌)	七倍がゆ 鮭の野菜煮 (鮭・玉葱・青菜・だし・味噌) マッシュ (南瓜・だし)
2・16 火	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト かぶペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし かぶつぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) プレーンヨーグルト	パンがゆ そばろ煮(ささみ・だし) やわらか煮 (人参・玉葱・トマト・なす だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 煮奴 (豆腐・だし・醤油) プレーンヨーグルト	パンがゆ スティックパン そばろ煮(ささみ・だし) やわらか煮 (人参・玉葱・トマト・なす だし・醤油) 炒り卵(卵黄・だし)
3・17 水	つぶしがゆ さつま芋ペースト 人参ペースト 玉葱ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ さつま芋つぶし 人参つぶし 玉葱つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚の旨煮 (たら・人参・玉葱・青菜 だし・味噌) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)	七倍がゆ 豆腐のトロトロ煮 (豆腐・人参・玉葱・冬瓜 だし・醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・味噌)	七倍がゆ 魚の旨煮 (たら・人参・玉葱・青菜 だし・味噌) さつま芋マッシュ (さつま芋・だし)	七倍がゆ 豆腐のトロトロ煮 (豆腐・人参・玉葱・冬瓜 だし・醤油) 煮浸し (ブロッコリー・だし・味噌)
4・18 木	パンがゆつぶし キャベツペースト 玉葱ペースト 人参ペースト 野菜スープ	パンがゆつぶし キャベツつぶし 玉葱つぶし 人参つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのトマト煮 (ささみ・玉葱・茄子・トマト だし・塩) 野菜スープ (キャベツ・人参・だし)	七倍がゆ しらすのあんかけ (しらす・玉葱・小松菜 だし・味噌) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし・醤油)	パンがゆ スティックパン 鶏挽のトマト煮 (鶏挽・玉葱・茄子・トマト だし・塩) 野菜スープ (キャベツ・人参・だし)	七倍がゆ しらすのあんかけ (しらす・玉葱・小松菜 だし・味噌) 紅白煮 (じゃが芋・人参・だし・醤油)
5・19 金	つぶしがゆ 人参ペースト 玉葱ペースト 冬瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 玉葱つぶし 冬瓜つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 鮭の味噌煮 (鮭・だし・味噌) 冬瓜の煮物 (冬瓜・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・さつま芋 だし・醤油) おろし煮 (豆腐・大根・だし・醤油)	七倍がゆ 鮭の味噌煮 (鮭・だし・味噌) 冬瓜の煮物 (冬瓜・人参・だし)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・さつま芋 だし・醤油) おろし煮 (豆腐・大根・だし・醤油)
6・20 土						
8・22 月	つぶしがゆ キャベツペースト 大根ペースト 南瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ キャベツつぶし 大根つぶし 南瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	煮込みうどん (うどん・ささみ・南瓜・玉葱 だし・醤油) トロトロ煮 (人参・玉葱・なす・冬瓜 だし・醤油)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・味噌) 煮物 (人参・玉葱・なす・冬瓜 だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・ささみ・南瓜・玉葱 だし・醤油) トロトロ煮 (人参・玉葱・なす・冬瓜 だし・醤油)	七倍がゆ 煮奴 (豆腐・だし・味噌) 煮物 (人参・玉葱・なす・冬瓜 だし・醤油)
9・23 火	つぶしがゆ 人参ペースト さつま芋ペースト ほうれん草ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし さつま芋つぶし ほうれん草つぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・醤油) 味噌汁 (人参・玉葱・さつま芋 ほうれん草・だし・味噌)	七倍がゆ そばろ煮 (ささみ・トマト・だし・塩) 煮浸し (人参・玉葱・キャベツ・だし)	七倍がゆ 煮魚 (たら・だし・醤油) 味噌汁 (人参・玉葱・さつま芋 ほうれん草・だし・味噌)	七倍がゆ そばろ煮 (鶏挽・トマト・だし・塩) 煮浸し (人参・玉葱・キャベツ・だし)
10・24 水	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 豆腐のスープ煮 (豆腐・人参・玉葱・かぶ だし・塩) マッシュ(じゃが芋・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし) 味噌煮 (大根・人参・玉葱・だし 味噌)	パンがゆ スティックパン 豆腐のスープ煮 (豆腐・人参・玉葱・かぶ だし・塩) マッシュ(じゃが芋・だし) プレーンヨーグルト	七倍がゆ 煮魚 (鮭・だし) 味噌煮 (大根・人参・玉葱・だし 味噌)
11・25 木	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 しらすのとろみ煮 (しらす・人参・玉葱・だし) トマトスープ (なす・トマト・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	七倍がゆ しらすのとろみ煮 (しらす・人参・玉葱・だし) トマトスープ (なす・トマト・だし・醤油)	煮込みうどん (うどん・ささみ・人参・玉葱 だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)
12・26 金	つぶしがゆ 玉葱ペースト 人参ペースト 南瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 玉葱つぶし 人参つぶし 南瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ そばろ煮 (ささみ・だし・味噌) 南瓜の煮物 (南瓜・人参・玉葱 だし・醤油)	パンがゆ 豆腐の旨煮 (豆腐・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 煮浸し(ほうれん草・だし)	七倍がゆ そばろ煮 (鶏挽・だし・味噌) 南瓜の煮物 (南瓜・人参・玉葱 だし・醤油)	パンがゆ スティックパン 豆腐の旨煮 (豆腐・人参・玉葱・かぶ だし・醤油) 煮浸し(ほうれん草・だし) 炒り卵(卵黄・だし)
13・27 土						
30 火	つぶしがゆ 人参ペースト 大根ペースト 冬瓜ペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし 大根つぶし 冬瓜つぶし 豆腐つぶし 野菜スープ	七倍がゆ 魚のおろし煮 (しらす・大根・だし・醤油) 味噌煮 (冬瓜・人参・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 煮奴 (豆腐・トマト・だし・醤油)	七倍がゆ 魚のおろし煮 (しらす・大根・だし・醤油) 味噌煮 (冬瓜・人参・だし・味噌)	煮込みうどん (うどん・人参・玉葱・小松菜 だし・醤油) 煮奴 (豆腐・トマト・だし・醤油)
31 水	パンがゆつぶし 人参ペースト さつま芋ペースト キャベツペースト 野菜スープ	つぶしがゆ 人参つぶし さつま芋つぶし キャベツつぶし 白身魚つぶし 野菜スープ	パンがゆ ささみのやわらか煮 (ささみ・人参・玉葱・キャベツ だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	七倍がゆ 魚のクタクタ煮 (たら・玉葱・ブロッコリー だし・塩) 煮浸し (白菜・人参・だし・味噌)	パンがゆ スティックパン ささみのやわらか煮 (ささみ・人参・玉葱・キャベツ だし・醤油) 煮物 (さつま芋・だし)	七倍がゆ 魚のクタクタ煮 (たら・玉葱・ブロッコリー だし・塩) 煮浸し (白菜・人参・だし・味噌)

※材料の都合により献立を変更する場合があります。

2024年7月の給食(後期食)

向こころ保育園

		午前食		午後食		
毎日つくもの		ミルク		ミルク		
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料	
1	29	月	全粥 中華煮 塩昆布和え 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、白菜、砂糖、塩、醤油 コンソメ、片栗粉、油 ほうれん草、人参、ツナ、塩昆布、ごま油 なす、長葱、だし、味噌	全粥 煮魚 南瓜の甘煮 すまし汁	米 かじき、砂糖、みりん、味噌 南瓜、砂糖、醤油、だし ズッキーニ、玉葱、だし、塩、醤油
2	16	火	煮込みうどん かぶの煮物 野菜スープ ヨーグルト	うどん、鶏挽、人参、玉葱、だし、塩、醤油 かぶ、人参、アスパラ、油、砂糖、醤油 青梗菜、人参、塩、コンソメ ヨーグルト	パンがゆ 食パン にら玉 チーズ和え 野菜スープ	食パン 卵、にら、人参、玉葱、だし、塩、油 なす、人参、粉チーズ、醤油 トマト、玉葱、塩、コンソメ
3	17	水	全粥 煮魚 おかか和え 味噌汁	米 たら、砂糖、みりん、醤油 モロヘイヤ、人参、かつお節、醤油 さつま芋、玉葱、だし、味噌	全粥 つくね焼き 煮浸し 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油 ブロッコリー、人参、だし、砂糖、醤油 冬瓜、人参、だし、味噌
4	18	木	パンがゆ 食パン 豆腐のトマト煮 ミックスサラダ 野菜スープ	食パン 豚挽、豆腐、玉葱、ズッキーニ、なす、トマト ケチャップ、砂糖、塩、コンソメ キャベツ、胡瓜、人参、醤油 もやし、万能葱、人参、塩、コンソメ	全粥 しらす炒め きんぴら 味噌汁	米 しらす、人参、玉葱、油、砂糖、醤油 じゃが芋、人参、油、だし、砂糖、醤油 小松菜、玉葱、だし、味噌
5	19	金	全粥 魚の味噌煮 冬瓜のあんかけ すまし汁	米 鮭、砂糖、みりん、味噌 鶏挽、冬瓜、人参、だし、みりん、醤油、片栗粉 そうめん、人参、オクラ、だし、塩、醤油	煮込みうどん 炊き合わせ おろし和え	うどん、人参、玉葱、モロヘイヤ、だし 塩、醤油 豚挽、さつま芋、玉葱、砂糖、醤油 青梗菜、大根、醤油
6	20	土	全粥 鶏の甘辛煮 千草煮 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、油、だし、砂糖、醤油、片栗粉 小松菜、人参、だし、みりん、醤油 じゃが芋、玉葱、だし、味噌	全粥 豆腐のあんかけ ズッキーニソテー 味噌汁	米 豆腐、人参、玉葱、だし、みりん、醤油 片栗粉 ズッキーニ、油、塩、醤油 白菜、玉葱、だし、味噌
8	22	月	煮込みうどん 南瓜とレーズンの煮物 スティック大根	うどん、豚挽、人参、玉葱、キャベツ だし、塩、醤油 南瓜、砂糖、レモン汁、干しぶどう 大根、だし	全粥 ツナと野菜の旨煮 冬瓜の土佐煮 味噌汁	米 ツナ、人参、ブロッコリー、醤油、コンソメ 冬瓜、砂糖、醤油、かつお節 人参、玉葱、なす、だし、味噌
9	23	火	全粥 煮魚 さつま芋炒め 味噌汁	米 かじき、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、人参、玉葱、ピーマン、油、醤油 コンソメ 豆腐、ほうれん草、玉葱、だし、味噌	全粥 そばろ煮 青のり和え すまし汁 バナナ	米 鶏挽、トマト、砂糖、だし、醤油 キャベツ、人参、青のり、醤油 青梗菜、玉葱、だし、塩、醤油 バナナ
10	24	水	パンがゆ 食パン クリームシチュー 野菜サラダ ヨーグルト	食パン 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉 牛乳、塩、コンソメ レタス、胡瓜、人参、カニカマ、醤油 ヨーグルト	全粥 魚の甘酢煮 大根ステーキ 味噌汁	米 鮭、人参、玉葱、砂糖、みりん、酢、醤油 大根、油、みりん、醤油 アスパラ、玉葱、だし、味噌
11	25	木	全粥 すずきのムニエル ラタトゥユ すまし汁	米 すずき、塩、小麦粉、バター 人参、玉葱、なす、ズッキーニ、トマト オリーブ油、塩、コンソメ モロヘイヤ、人参、玉葱、だし、塩、醤油	煮込みうどん ゆかり和え 人参グラッセ	うどん、豚挽、人参、玉葱、さつま芋 だし、塩、醤油 オクラ、人参、ゆかり 人参、バター、砂糖、塩
12	26	金	全粥 そばろ煮 マヨネーズ和え 味噌汁	米 鶏挽、砂糖、みりん、醤油 いんげん、もやし、人参、ごま、醤油、砂糖 南瓜、玉葱、だし、味噌	パンがゆ 食パン 豆腐のピカタ 野菜ソテー 野菜スープ	食パン 豆腐、卵、粉チーズ、小麦粉、塩、油 ほうれん草、人参、油、塩、醤油 人参、玉葱、かぶ、塩、コンソメ
13	27	土	全粥 煮込みハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、油 ケチャップ、ソース ブロッコリー、玉葱、油、塩、醤油 キャベツ、人参、だし、味噌	全粥 魚の味噌煮 だし醤油和え すまし汁	米 たら、砂糖、味噌、みりん アスパラ、人参、だし、砂糖、醤油 大根、玉葱、だし、塩、醤油
30		火	全粥 煮魚 大根の煮物 味噌汁	米 鮭、砂糖、みりん、醤油 大根、人参、いんげん、だし、砂糖、みりん、醤油 冬瓜、玉葱、だし、味噌	煮込みうどん 炒り豆腐 トマト	うどん、人参、玉葱、小松菜、塩、コンソメ 鶏挽、豆腐、人参、玉葱、ピーマン だし、砂糖、醤油 トマト
30		火	パンがゆ 食パン つくね煮 さつま芋のバター煮 野菜スープ ヨーグルト	食パン 鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、バター、砂糖、塩 人参、玉葱、もやし、キャベツ、塩、コンソメ ヨーグルト	全粥 魚のホイル蒸し ナムル風煮浸し 味噌汁	米 かじき、人参、玉葱、アスパラ、醤油 ごま油 白菜、砂糖、酢、塩、醤油、ごま油 ブロッコリー、人参、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。

2024年7月の給食(完了期食)

向こころ保育園

		午前食		午後食	
毎日つくもの		ミルク		ミルク	
日付	曜日	献立名	材料	献立名	材料
1	29 月	軟飯 中華煮 塩昆布和え 味噌汁	米 豚挽、人参、玉葱、白菜、砂糖、塩、醤油 コンソメ、片栗粉、油 ほうれん草、人参、ツナ、塩昆布、ごま油 なす、長葱、だし、味噌	南瓜のカップケーキ メロン	米粉、ベーキングパウダー、油、塩、南瓜 牛乳、砂糖、バニラエッセンス メロン
2	16 火	煮込みうどん かぶの煮物 野菜スープ ヨーグルト	うどん、鶏挽、人参、玉葱、だし、塩、醤油 かぶ、人参、アスパラ、油、砂糖、醤油 青梗菜、人参、塩、コンソメ ヨーグルト	あげパン スライスりんご	ロールパン、油、グラニュー糖 りんご
3	17 水	軟飯 煮魚 おかか和え 味噌汁	米 たら、砂糖、みりん、醤油 モロヘイヤ、人参、かつお節、醤油 さつま芋、玉葱、えのき草、だし、味噌	軟飯 つくね焼き 煮浸し	米 鶏挽、玉葱、片栗粉、油、砂糖、みりん、醤油 ブロッコリー、人参、だし、砂糖、醤油
4	18 木	パンがゆ 食パン 豆腐のトマト煮 ミックスサラダ 野菜スープ	食パン 豚挽、豆腐、玉葱、ズッキーニ、なす、トマト ケチャップ、砂糖、塩、コンソメ キャベツ、胡瓜、人参、醤油 もやし、万能葱、人参、塩、コンソメ	きつねおにぎり 味噌汁	米、油揚げ、砂糖、醤油 小松菜、玉葱、だし、味噌
5	19 金	軟飯 魚の味噌煮 冬瓜のあんかけ すまし汁	米 鮭、砂糖、みりん、味噌 鶏挽、冬瓜、人参、だし、みりん、醤油、片栗粉 そうめん、人参、オクラ、だし、塩、醤油	煮込みうどん 炊き合わせ	うどん、人参、玉葱、モロヘイヤ、だし 塩、醤油 豚挽、さつま芋、玉葱、砂糖、醤油
6	20 土	軟飯 鶏の甘辛煮 千草煮 味噌汁	米 鶏挽、玉葱、油、だし、砂糖、醤油、片栗粉 小松菜、人参、油揚げ、だし、みりん、醤油 じゃが芋、玉葱、だし、味噌	軟飯 豆腐のあんかけ ズッキーニソテー	米 豆腐、人参、玉葱、だし、みりん、醤油 片栗粉 ズッキーニ、油、塩、醤油
8	22 月	煮込みうどん 南瓜とレーズンの煮物 スティック大根	うどん、豚挽、人参、玉葱、キャベツ だし、塩、醤油 南瓜、砂糖、レモン汁、干しぶどう 大根、だし	おにぎり スライスりんご	米、ゆかり りんご
9	23 火	軟飯 煮魚 さつま芋炒め 味噌汁	米 かじき、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、人参、玉葱、ピーマン、油、醤油 コンソメ 豆腐、ほうれん草、玉葱、だし、味噌	軟飯 そばろ煮 青のり和え バナナ	米 鶏挽、トマト、砂糖、だし、醤油 キャベツ、人参、青のり、醤油 バナナ
10	24 水	パンがゆ 食パン クリームシチュー 野菜サラダ ヨーグルト	食パン 鶏挽、人参、玉葱、じゃが芋、バター、小麦粉 牛乳、塩、コンソメ レタス、胡瓜、人参、カニカマ、醤油 ヨーグルト	五平餅 味噌汁	米、砂糖、醤油、片栗粉 アスパラ、玉葱、だし、味噌
11	25 木	軟飯 すずきのムニエル ラタトゥユ すまし汁	米 すずき、塩、小麦粉、バター 人参、玉葱、なす、ズッキーニ、トマト オリーブ油、塩、コンソメ モロヘイヤ、人参、玉葱、だし、塩、醤油	人参ケーキ メロン	小麦粉、ベーキングパウダー、卵 グラニュー糖、人参、油、レモン汁 メロン
12	26 金	軟飯 そばろ煮 マヨネーズ和え 味噌汁	米 鶏挽、砂糖、みりん、醤油 いんげん、もやし、人参、ごま、醤油、マヨネーズ 南瓜、玉葱、だし、味噌	パンがゆ 食パン 豆腐のピカタ 野菜ソテー	食パン 豆腐、卵、粉チーズ、小麦粉、塩、油 ほうれん草、人参、油、塩、醤油
13	27 土	軟飯 煮込みハンバーグ 野菜ソテー 味噌汁	米 豚挽、豆腐、玉葱、塩、片栗粉、油 ケチャップ、ソース ブロッコリー、玉葱、コーン、油、塩、醤油 キャベツ、人参、油揚げ、だし、味噌	軟飯 魚の味噌煮 だし醤油和え	米 たら、砂糖、味噌、みりん アスパラ、人参、だし、砂糖、醤油
30	火	軟飯 煮魚 大根の煮物 味噌汁	米 鮭、砂糖、みりん、醤油 大根、人参、いんげん、だし、砂糖、みりん、醤油 冬瓜、玉葱、だし、味噌	豆腐ドーナツ コンソメスープ	ホットケーキミックス粉、豆腐 卵、油、砂糖 人参、玉葱、小松菜、コンソメ、塩
30	火	パンがゆ 食パン つくね煮 さつま芋のバター煮 野菜スープ ヨーグルト	食パン 鶏挽、玉葱、片栗粉、砂糖、みりん、醤油 さつま芋、バター、砂糖、塩 人参、玉葱、もやし、キャベツ、塩、コンソメ ヨーグルト	おにぎり みそしる	米、かつお節、醤油 ブロッコリー、人参、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。