



# 献立表

		1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	
朝		ごはん スクランブルエッグ 切干大根の炒り煮 みそ汁	食パン(マーメイド) コンソメ煮 ポテトサラダ バナナ コーヒー	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	ごはん 鶏肉と蓮根のピリ辛炒め 納豆 みそ汁	ごはん はんぺん卵とじ かつおの梅サラダ みそ汁	
昼		ごはん キノコ南蛮 青梗菜の菜種和え オイスター炒め 漬物	ごはん 他人煮 大根そぼろ煮 インゲンのおかか和え 漬物	ごはん 鯖の西京焼き 小松菜のお浸し 牛蒡の甘辛炒め 漬物	【運動会予行】 ホットドッグ 玉子サンド ミネストローネ	ごはん 魚フライ かつおサラダ ピーマンソテー 漬物	
おやつ		牛乳・ さつま芋デニッシュ	コーヒー かっぱえびせん	牛乳・バナナケーキ	牛乳・ワッフルスティック	牛乳・バナナケーキ	
夕		紫ごはん 肉うどん 揚げ餃子 フルーツヨーグルト	ごはん 鱈の煮付け スナップエンドウと竹輪の ゴマ塩炒め 大豆サラダ みそ汁	ごはん 手作りポテトコロッケ 春菊と高野の煮浸し ツナサラダ すまし汁	ごはん 鱈の味噌バター焼 さつま芋の甘煮 もやしの柚子和え すまし汁	ごはん 豚肉の塩麹焼き 金平牛蒡 もずくの酢の物 みそ汁	
	6日 (日)	7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
朝	コッペパン(リンゴ) オムレツ スライスチーズ クリーム煮	ごはん ミートボール煮 インゲンのツナサラダ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 南瓜サラダ みそ汁	食パン(苺) トマト煮 ブロッコリーサラダ バナナ	ごはん 目玉焼き かつおのなめ茸和え みそ汁	ごはん 白菜の旨煮 納豆 みそ汁	ごはん ごぼうとひじきの煮物 キャベツの和え みそ汁
昼	ごはん 鶏肉の磯部揚げ 拌三絲 里芋煮 漬物	親子丼 がんも煮 ゆず和え みそ汁	ごはん 回鍋肉 もやしの和え 春巻き 漬物	ごはん 鶏肉のピカタ マカロニサラダ オイスター炒め 漬物	ごはん 鯖の香味焼き 蓮根サラダ 大根田楽 漬物	そばめし 塩昆布炒め かきたま汁 フルーツ寒天	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ ポパイソテー 漬物
おやつ	おはぎ	牛乳・カスタードケーキ	牛乳・黒豆パン	季節のおやつ会	コーヒー・プリン	牛乳・蜂蜜ケーキ	牛乳・アーモンドカスタード
夕	ごはん 鱈の味噌煮 厚揚げの卵とじ キャベツの中華和え すまし汁 フルーツ	ごはん 魚の野菜あんかけ 青梗菜の香味和え ひじき煮 すまし汁	ごはん カレイの煮付け ごま和え 蓮根天ぷら かきたま汁	ごはん 味噌炒め煮 キャベツの梅和え 煮奴 すまし汁	ごはん 油淋鶏 エビ焼売 もやしの甘酢和え わかめスープ	ごはん 肉じゃが 素麺チャンプル インゲン菜のごま和え みそ汁	ごはん 姫路おでん 三色金平 春菊のお浸し すまし汁
	13日 (日)	14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
朝	コッペパン(蜂蜜) 栄養サラダ クリーム煮	ごはん ケチャップ炒め 大根の磯和え みそ汁	ごはん はんぺんの卵とじ ツナサラダ みそ汁	食パン(マーガリン) コンソメ煮 スナップエンドウ バナナ	ごはん 蓮根の甘辛煮 キャベツのゆかり和え みそ汁	ごはん 厚焼き卵 香味和え みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁
昼	ごはん 魚の天ぷら スナップエンドウサラダ さつま芋甘煮 漬物	ごはん 肉豆腐 牛蒡サラダ 納豆 漬物	ごはん ハンバーグ ジャーマンポテト ブロッコリーソテー 漬物	ごはん カブの梅香焼き 納豆草のお浸し エビカ 漬物	ごはん 豚肉のスタミナ焼き ミモザサラダ フルーツ 漬物	【運動会】 コロッケパン 玉子サンド コンソメスープ	きのこライス ポテトサラダ さつま芋と小松菜 のソテー コーンスープ 漬物
おやつ	牛乳・ カスタードスティックケーキ	コーヒー・サボイドーナツ	牛乳・ マジックデニッシュ	牛乳・焼マロン蒸し	牛乳・シュガーツイスト	牛乳・さつま芋蒸し	コーヒー・チョコパイ
夕	ごはん か玉あんかけ カレー炒め 餃子 わかめスープ	ごはん 鶏の照焼 南瓜とひじき煮 春雨の酢の物 すまし汁	ごはん 鱈の焼き浸し 竹輪の磯部揚げ 大根の甘酢和え みそ汁	ごはん 韓国風唐揚げ 焼きビーフン もやしナムル 中華スープ	ごはん 鱈の若狭焼き ずんだ和え 切干大根の炒り煮 すまし汁	ごはん 鶏の治部煮 かき揚げ もやしの酢の物 みそ汁	ごはん 魚のピカタ ピーマンの塩昆布炒め かつおの梅サラダ みそ汁



	20日 (日)	21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
朝	コッパパン(苺) ベイクドポテト スライスチーズ クリーム煮	ごはん 平天と蒟蒻のピリ辛炒め 白菜サラダ みそ汁	ごはん ミートボール煮 ツボネサラダ みそ汁	食パン(マーマレード) 目玉焼き ミルクスープ バナナ	ごはん カリフラワーのコンソメ炒め 牛蒡サラダ みそ汁	ごはん 厚焼き卵 小松菜のなめ草和え みそ汁	ごはん 大根の炒り煮 納豆 かきたま汁
昼	ごはん カレイの唐揚げ 蓮根サラダ 南瓜煮 漬物	ごはん チキンカツ 小松菜の和え物 ポテトサラダ 漬物	ごはん ジャージャー麺 ブロッコリーの中華サラダ フルーツ杏仁	ごはん 鱈のパン粉焼き 大根金平 スタップエンドウサラダ 漬物	ごはん 鶏肉の揚げ煮 拌三絲 南瓜のおかか炒め 漬物	ごはん 豚肉の生姜焼き ホリソウのお浸し 厚揚げの甘辛煮 漬物	ごはん ビビンバ丼 エビ焼売 わかめスープ フルーツヨーグルト
おやつ	牛乳・ひねくれ棒	牛乳・リンゴケーキ	牛乳・カステラ	コーヒー・ バブルグーワッフル	牛乳・コアラのマーチ	牛乳・どら焼き	苺ゼリー
夕	ごはん 豚キムチ炒め 切干大根の中華和え 揚げ餃子 みそ汁	ごはん 魚の野菜あんかけ 菜種和え 大学芋 みそ汁	ごはん 青椒肉絲 エビと豆腐の中華炒め 青梗菜のガーサイトル わかめスープ	ポークカレー タルタルサラダ フルーツ寒天	ごはん 八宝菜 餃子 蓮根の青のり和え 中華スープ	ごはん 鶏つくね小判焼 高野豆腐煮 スタップエンドウの甘酢和え すまし汁	ごはん 鯖の塩焼き 春菊のゴマ味噌和え 春雨サラダ すまし汁
	27日 (日)	28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)			
朝	コッパパン(リンゴ) キャベツソテー スライスチーズ クリーム煮	ごはん 竹輪とインゲンの甘辛炒め 高野の卵とじ みそ汁	ごはん 炒り煮 オムレツ みそ汁	食パン(苺) ミートボールのトマト煮 スパゲッティサラダ バナナ			
昼	ごはん 魚のカレーニル ブロッコリーコンソメ煮炒め かきクリームコロッケ 漬物	ごはん 鶏じゃが 小松菜のお浸し ピリ辛炒め 漬物	ごはん 麻婆豆腐 スタップエンドウの中華サラダ 春巻き 漬物	ごはん 鶏の味噌バター焼 もやしの甘酢和え 里芋の白煮 漬物			
おやつ	牛乳・マフィン	コーヒー・スティックケーキ	葡萄ゼリー	牛乳・チーズ蒸し			
夕	ごはん 鶏の南蛮漬け 卵の花 青梗菜のおかか和え みそ汁	ごはん 鯖の西京焼き ゆかり和え お好みフライ ごま和え すまし汁	ごはん お好み焼き レバー炒め カリフラワーサラダ みそ汁	ごはん チャンプル 南瓜コロッケ 中華スープ			