



献立表

					1日 (木)	2日 (金)	3日 (土)	
朝					ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	ごはん 目玉焼き ｽﾀｯﾌﾟ ﾍﾝﾄﾞﾙ ｳのﾗﾀﾞ みそ汁	ごはん 厚揚げ煮 小松菜の和え物 みそ汁	
昼					ごはん 鯖の梅香焼 南瓜のそぼろ煮 ｷﾗｯのぉろし和え 漬物	香味料 炒飯 麻婆豆腐 ﾈﾙ ﾌﾙｰﾂ 漬物	ごはん ｷﾞﾝﾄﾞﾘｰ-ｷﾝ ﾎﾟｰﾄﾗﾀﾞ ﾋﾞｰﾏﾝｼｮｰ 漬物	
おやつ					苺ゼリー	牛乳・チーズ 蒸ﾊﾞﾝ	ｺｰﾋｰ かっぱえびえん	
夕					ごはん 鶏の照焼 三色金平 ｶﾘﾌﾗﾜｰのﾚﾓﾝﾗﾀﾞ すまし汁	ごはん 鱈の味噌ﾊﾞﾀｰ焼 青梗菜の卵炒め 薩摩芋のきな粉和え すまし汁	ごはん 変わり柳川風煮 ｵｲｽﾀｰ炒め ﾗﾀﾞ すまし汁	
		4日 (日)	5日 (月)	6日 (火)	7日 (水)	8日 (木)	9日 (金)	10日 (土)
朝	ごはん 蓮根の甘辛炒め 白菜の煮浸し みそ汁	ごはん ﾓｰﾄﾞ ﾎｰﾙ煮 金平牛蒡 みそ汁	ごはん ｽﾀｯﾌﾟ ﾍﾝﾄﾞﾙ ｳの炒め物 南瓜ﾗﾀﾞ みそ汁	食ﾊﾞﾝ(苺) ﾄﾓﾄ煮 ｽﾊﾟﾞﾞ ﾂﾃﾞｰ-ﾗﾀﾞ ﾌﾙｰﾂ	ごはん はんぺんの卵とじ 白菜のｺﾞﾏ和え みそ汁	ごはん 蓮根ﾗﾀﾞ 納豆 みそ汁	ごはん 卵焼き 青梗菜の和え物 すまし汁	
昼	ごはん 魚の天ぷら がんもの煮合せ ｷﾗｯのぉかか和え 漬物	【運動会】 焼きそばﾄﾞｯｸﾞ 卵ﾗﾀﾞ ﾌﾞ ﾛｯｺﾘ-ﾗﾀﾞ ﾊﾞ ﾅ	ごはん 回鍋肉 拌三絲 ｶﾞｸﾘｰﾐ-ｺﾛｯｸ 漬物	ごはん 鶏の唐揚げ 五目大豆煮 ｷﾗｯ草ﾗﾀﾞ 漬物	ごはん 鯖の照焼 炒り豆腐 柚子ﾗﾀﾞ 漬物	ごはん 鶏のﾋﾞ ｶ 大根と小松菜炒め ｲﾝｸﾞﾝ-ﾗﾀﾞ 漬物	ごはん 鱈のﾐ ﾆﾙ ｷﾞ ﾛ ﾏﾝ ｽﾀｯﾌﾟ ﾂﾃﾞｰ 漬物	
おやつ	牛乳・鯛焼きｸﾘｰﾑ	ｱﾚﾛﾞ ﾉ ﾉ	牛乳・黒豆ﾊﾞﾝ	牛乳・ﾄﾞｰﾅｯﾄ	牛乳・ﾚﾓﾝｹｰｷ	おはぎ	ｺｰﾋｰ・ﾂｺﾞﾊﾞｲ	
夕	ごはん 肉じゃが ｷﾗｯ草の卵炒め 大根ﾗﾀﾞ みそ汁	ごはん 揚げ出し豆腐 里芋そぼろ煮 ひじきのｺﾞﾏ和え かきたま汁	ごはん ｶｲの煮付け 素麺ﾂｼﾞﾝﾌﾞﾙ 白菜の辛子和え みそ汁	ごはん 田舎煮 牛蒡と豆の甘辛炒め もずくの酢の物 すまし汁	ごはん ｷﾝｷ もやしのﾎﾝ酢和え みそ汁 ﾌﾙｰﾂ-ﾂﾞﾞ ﾅﾙ	ごはん 鱈の味噌煮 ﾋﾞ ﾘ辛炒め ﾌﾞ ﾛｯｺﾘ-の香味和え すまし汁	ごはん ｺﾛｯｸ ｷﾗｯ草のぉかか炒め ﾏ ﾉ みそ汁	
		11日 (日)	12日 (月)	13日 (火)	14日 (水)	15日 (木)	16日 (金)	17日 (土)
朝	ｺｯﾍﾟ ﾎﾞﾝ(蜂蜜) ｷﾞ ﾎ ﾂ ﾉ ﾉ ｽﾗｲｽ-ｽ ｸﾘｰﾑ煮	ごはん ﾌﾞ ﾛｯｺﾘ-のｺﾞ ﾏ ﾉ ﾉ ｽﾊﾟﾞﾞ ﾂﾃﾞｰ-ﾗﾀﾞ みそ汁	ごはん ｽｸﾗﾝﾌﾞ ﾉ ﾉ ﾗﾀﾞ みそ汁	ごはん ｶﾘﾌﾗﾜｰのｶﾚｰ炒め 香味和え みそ汁	食ﾊﾞﾝ(ﾏ-ｶﾞ ﾉ) ｺﾝｼﾞ煮 ｷﾞ ﾂ ﾂ ﾉ ﾊﾞ ﾅ	ごはん 牛蒡とひじき煮 小松菜のﾗ ﾉ みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	
昼	ごはん 油淋鶏 小松菜の中華和え ﻩ ﾉ 焼売 漬物	ｷﾝｷ ｷ ﾉ ﾉ ﾉ ﾌﾙｰﾂ-ﾂﾞﾞ ﾅﾙ	ごはん 肉豆腐 蓮根とｷﾞ の塩金平 ｷﾗｯ草のｺﾞﾏ和え	豆ごはん ｶﾞ ﾉ の梅香焼 牛蒡と竹輪の卵とじ 胡瓜の酢の物 漬物	【ﾊﾞ ﾉ ﾉ】 おにぎり弁当	ごはん 魚のｶ ﾉ ﾉ 南瓜ﾗ ﾉ 大根ﾗﾀﾞ 漬物	ごはん ｷﾝｷ ﾂ ﾂ ﾉ 薩摩芋ﾗﾀﾞ ﾎ ﾉ ﾉ ﾉ 漬物	
おやつ	牛乳・蜂蜜ｸｰｷ	牛乳・ﾂ ﾉ ﾉ ﾉ	牛乳・ﾊ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ	牛乳・ｱ-ﾓﾝﾄﾞ ﾉ ﾉ ﾉ	牛乳・ｽ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ	ｺｰﾋｰ・ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ	牛乳・ ﾌﾞ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ	
夕	ごはん にら玉あかけ 炒り煮 ｷﾗｯの梅和え みそ汁	ごはん 鱈の竜田揚げ べっこう煮 青梗菜の磯和え みそ汁	ごはん 鶏とｽﾀｯﾌﾟ ﾍﾝﾄﾞﾙ ｳの ﾊﾞ ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ 南瓜とひじき煮 もやしの甘酢和え みそ汁	ｺﾞ ﾏ ﾉ ﾉ 肉うどん 薩摩芋天ぷら 青梗菜と ﾉ ﾉ ﾉ ﾉ	ごはん 鯖の若狭焼 白菜の浅漬け 切干大根の炒り煮 ｷﾗｯ草の白和え すまし汁	他人丼 里芋煮 ﾌﾞ ﾛｯｺﾘ-酢味噌和え すまし汁	ごはん 鱈の生姜煮 塩昆布炒め 小松菜のぉ浸し みそ汁	



	18日 (日)	19日 (月)	20日 (火)	21日 (水)	22日 (木)	23日 (金)	24日 (土)
朝	コッパパン(苺) クリーム煮 チキンカツ スライスチーズ	ごはん 蓮根と蒟蒻のピリ辛炒め インゲンのゴマ和え みそ汁	ごはん ひじき煮 ビーマンと卵ソテー みそ汁	ごはん 高野の卵とじ オクラのなめ茸和え みそ汁	食パン(マーメイド) トマト煮 スタッフ エンドウのツツワダ バナナ	ごはん 卵焼き 青梗菜のおかか和え すまし汁	ごはん 白菜の旨煮 納豆 みそ汁
昼	ごはん カレイの唐揚げ 金平牛蒡 柚子サラダ 漬物	ごはん 鶏肉の柔か煮 キャベツの梅マヨ和え かき揚げ 漬物	紫ごはん あんかけ焼きそば ブロッコリーとシメジの 中華和え フルーツ寒天	ごはん 鶏肉の磯部揚げ 切干大根の酢の物 南瓜煮 漬物	ごはん 豚肉の生姜焼き お刺身草のお浸し 厚揚げの甘辛炒め 漬物	きのこライス ミックスフライ ユールソー 大根金平 漬物	ごはん 鯖の塩焼き 蓮根の磯部揚げ 中華風和え物 漬物
おやつ	牛乳・シュガー・ツイスト	コーヒー・サッポロ・ドーナツ	牛乳・薩摩芋蒸しパン	ぶどうゼリー	牛乳・ひねくれ棒	牛乳・コアロール	コーヒー・プリン
夕	ごはん 豚キムチ炒め 焼ビーフン ワカメともやしのナムル 中華卵スープ	ごはん 鯖の西京焼き 炒り豆腐 小松菜の香味和え すまし汁	ごはん 鯰の南蛮漬け 焼売 キャベツの和え物 中華スープ	ハヤシライス コーンクリームコロッケ カリフラワーサラダ	ごはん メバルの煮付け 牛蒡と枝豆のかき揚げ 小松菜の柚子和え かきたま汁	ごはん 鶏つくね小判焼 筍のピリ辛炒め煮 ポテト酢和え すまし汁	ごはん 親子煮 切干大根の炒め物 ゴマ和え みそ汁
	25日 (日)	26日 (月)	27日 (火)	28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	
朝	コッパパン(リンゴ) クリーム煮 ジャーマンポテト スライスチーズ	ごはん はんぺんとインゲンの 甘辛炒め キャベツのゆかり和え みそ汁	ごはん 目玉焼き ブロッコリーの和え物 みそ汁	食パン(苺) ミートボールのトマト煮 薩摩芋サラダ バナナ	ごはん 牛蒡の甘辛煮 キャベツのツナ和え みそ汁	ごはん 枝豆の卵とじ ゆず和え みそ汁	
昼	ごはん 鯰のバター醤油焼き ブロッコリーのカレー炒め フルーツ 漬物	ごはん 鶏じゃが お刺身草のお浸し エビカ 漬物	ごはん 魚の野菜あんかけ 牛蒡とひじき煮 インゲンのおかか和え 漬物	菜飯ごはん 焼うどん ピリ辛炒め オクラの梅サラダ	ごはん 和風麻婆豆腐 スタッフ エンドウの中華サラダ 春巻き 漬物	夏越ごはん お刺身草のおかか炒め 豆腐サラダ すまし汁	
おやつ	牛乳・さつま芋デコッショ	コーヒー・ペルキ・ワッフル	牛乳・どら焼き	牛乳・パウンドケーキ	牛乳・マフィン	牛乳・スティックケーキ	
夕	ごはん 煮込みハンバーグ パスタ ひじきサラダ コンソメスープ	ごはん お好み焼き レバー炒め もやしの五目ゴマ和え みそ汁	ごはん 蒸し豚 スタッフ エンドウの炒め物 大根田楽 すまし汁	ごはん 韓国風唐揚げ 焼ビーフン もやしとお刺身草のナムル 中華スープ	ごはん 魚のピカタ 南瓜とベーコンの甘辛炒め マリネ コンソメスープ	ごはん 鯖の味噌煮 じゃが芋の バター醤油炒め 白菜の煮浸し すまし汁	

