

## 献立表 普通食

| 月曜日  |  | 火曜日   |          | 水曜日  |           | 木曜日   |  | 金曜日  |     | 土曜日                           |  |
|--|--|---|----------|--|-----------|---|--|--|-----|-------------------------------|--|
|  |  |   |          |  |           | 1   |  | 2  |     | 3                             |  |
|  |  |   |          |  |           | 休み  |  | 休み   |     | 休み                            |  |
|  |  |   |          |  |           |   |  |  |     |                               |  |
| 5  |  | 6   |          | 7  | 七草        | 8   |  | 9  | 鏡開き | 10                            |  |
| ツナカレー<br>コールスローサラダ<br>ゼリー                      |  | 御飯<br>豚肉のしぐれ煮<br>小松菜のごま酢和え<br>キャベツと豆腐のみそ汁     |          | 御飯<br>松風焼き<br>白菜と油揚げの煮浸し<br>かぼちゃと大根のすまし汁             |           | 御飯<br>まぐろの竜田揚げ<br>チンゲン菜のとりみ炒め<br>さつまいものみそ汁  |  | 御飯<br>鶏肉と野菜のみそ炒め<br>ほうれん草の磯和え<br>にゅうめん汁    |     | 牛乳<br>ハヤシライス<br>チーズ<br>ゼリー    |  |
| お茶<br>きな粉クッキー                                  |  | 飲むヨーグルト<br>せんべい・小魚<br>クッキー(乳児ウエハース)           |          | お茶<br>七草おにぎり   |           | 牛乳<br>チヂミ                                   |  | 牛乳<br>きなこもち                                |     | 牛乳<br>せんべい・クッキー               |  |
| 12   |  | 13  |          | 14   |           | 15  |  | 16   |     | 17                            |  |
| 成人の日   |  | 御飯<br>ぶりの煮つけ<br>三色なます<br>白菜とわかめのみそ汁           |          | 御飯<br>じゃがいもと豚肉みそ炒め<br>小松菜とちくわの和え物<br>豆腐とえのきのすまし汁     |           | 御飯<br>鶏ささ身の甘酢あんかけ<br>ブロッコリーの塩昆布和え<br>おふのみそ汁 |  | 牛乳・ロールパン<br>ボークシチュー<br>ツナサラダ<br>みかん        |     | 牛乳<br>ピラフ<br>野菜スープ<br>チーズ     |  |
|  |  | 牛乳<br>ココアとバナナの蒸しパン                            |          | お茶<br>コーンフレーク  |           | 牛乳<br>中華風ビーフン                               |  | お茶<br>手作りふりかけおにぎり<br>おやつ昆布(3～5歳)           |     | 牛乳<br>せんべい・クッキー               |  |
| 19   |  | 20  | お楽しみメニュー | 21   |           | 22  |  | 23   |     | 24                            |  |
| 御飯<br>鮭の味噌マヨネーズ焼き<br>ひじきの煮物<br>キャベツのすまし汁       |  | チャーハン<br>ほうれん草のナムル<br>中華スープ<br>オレンジ           |          | 御飯<br>鶏肉のマーマレード焼き<br>チンゲンサイのカリカリじゃこ和え<br>じゃがいもの豆乳みそ汁 |           | 御飯<br>豚肉と大根の甘辛炒め<br>きゅうりの酢の物<br>小松菜と厚揚げのみそ汁 |  | 御飯<br>鶏肉と根菜の煮物<br>白菜とコーンの和え物<br>大根とわかめのみそ汁 |     | 牛乳<br>中華あんかけ丼<br>中華スープ<br>チーズ |  |
| 牛乳<br>マシュマロリッツサンド                              |  | 牛乳<br>キャラットケーキ                                |          | 牛乳<br>中華おこわ  |           | 牛乳<br>ラスク                                   |  | 牛乳<br>大学いも                                 |     | 牛乳<br>せんべい・クッキー               |  |
| 26   |  | 27  |          | 28   | 郷土料理【秋田県】 | 29  |  | 30   |     | 31                            |  |
| 御飯<br>タラのケチャップあんかけ<br>ブロッコリーのごま和え<br>さつまいものみそ汁 |  | 御飯<br>豚肉のすき焼き風煮物<br>大根のゆかり和え<br>玉ねぎとほうれん草のみそ汁 |          | 御飯<br>さばのごま味噌焼き<br>キャベツのたくあん和え<br>いものこ汁              |           | 御飯<br>甘酢から揚げ<br>チンゲン菜の納豆あえ<br>大根のみそ汁        |  | 御飯<br>豚肉のしょうが焼き<br>白菜のお浸し<br>キャベツとごぼうのみそ汁  |     | 牛乳<br>カレーライス<br>チーズ<br>ゼリー    |  |
| お茶<br>ヨーグルト・バナナ                                |  | 牛乳<br>おからスコーン                                 |          | 牛乳<br>小松菜団子  |           | 牛乳<br>ミートスパゲティ                              |  | 牛乳<br>ミニストロベリーツイスト                         |     | 牛乳<br>せんべい・クッキー               |  |

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。