2018年05月

献 立 表

## fujimuraナーサリー(一般)

_	n==	£ 36 1. 13 -	昼食献立名		材料(昼食と午後おやつ)			6-1-1-12 -
日	曜	午前おやつ		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	タ方おやつ
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、砂糖、油	鶏もも肉、米みそ(淡色辛み	キャベツ、りんご、もやし、	チャーハン
1	.1.	せんべい	筑前煮	五平餅	The state of the s	そ)、ツナ水煮缶	にんじん、たまねぎ、ごぼう、	
1	火		キャベツとツナのサラダ			て)、ファ小点山		
			もやしとたまねぎのみそ汁 りんご				いんげん	
		牛乳	【端午の節句メニュー】	ほうじ茶	米、じゃがいも、片栗粉、砂	木綿豆腐、鶏ひき肉、豆乳、	いちご、ブロッコリー、にんじん、こま	ベイクドじゃが
		せんべい	油揚げとにんじんの混ぜご飯	おいもの柏餅風			つな、たまねぎ、コーン缶、ねぎ、焼き	1771048
2	水	670. (0)	こいのぼりバーグ 豆腐とわかめのすまし汁	43 C . D o JULIEN 1920	糖、油	油揚げ、米みそ(淡色辛み	のり、カットわかめ	
			ブロッコリーとコーンのソテー いちご			そ)		
		4- 회	御飯	ほうじ茶	Me whate M		1	マカロニきなこ
		牛乳			米、砂糖、油	豚肉(ばら)、米みそ (淡色辛み		マルロー さなこ
3	木	せんべい	キャベツと豚肉のホイコーロー風	雑炊		そ)、油揚げ	ん、ほうれんそう、たまね	
			大根と人参の甘酢あえ				ぎ、カットわかめ	
			ほうれん草と油揚げのお浸し たまねぎとわかめのすまし汁					
		牛乳	パン	ほうじ茶	ロールパン、米、じゃがい	鶏むね肉、鶏ひき肉	りんご、きゅうり、コーン缶、クリーム	野菜炒め
4	金	せんべい	鶏肉とコーンのカップ焼き	ケチャップライス	も、はるさめ、油、砂糖、米		コーン缶、たまねぎ、にんじん、カット わかめ	
١.	312		はるさめサラダ		粉		(A) (1) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A) (A	
			じゃがいもとわかめのスープ りんご					
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、砂糖、油、米粉、片栗粉	鶏ひき肉、木綿豆腐、豆乳、	にんじん、もやし、ブロッコ	鶏そぼろごはん
5	土	せんべい	鶏ひき肉の信田煮	キャロットケーキ	1	油揚げ、大豆(乾)、米みそ	リー、たまねぎ、えのきた	1
J	_		ブロッコリーと人参のおかか和え	(大豆粉・米粉)	1		け、いんげん、カットわかめ	1
			もやしとわかめのナムル 豆腐とえのきのみそ汁		1	(WOT-N () ( )) 243 M	0.704700 73 7 [-47/3/80]	1
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、米粉、片栗	豚肉(もも)、木綿豆腐、豆乳、	カリフラワー、コーン缶、に	あげとねぎのうどん
6	Н	せんべい	豚肉の香味焼き	きなこクッキー	粉、油、砂糖	米みそ(淡色辛みそ)、油揚	んじん、ねぎ、ひじき、たま	1
U			ひじきとじゃが芋の炒り煮		227 JEV 57 JE			1
			カリフラワーとコーンのサラダ 豆腐とたまねぎのみそ汁			げ、きな粉	ねぎ	1
		牛乳	野菜たっぷりのそぼろ丼	ほうじ茶	米、さつまいも、砂糖、油	豚ひき肉、米みそ(淡色辛み	きゅうり、たまねぎ、キャベ	蒸し野菜
٦		せんべい	さつま芋の甘煮	おにぎり (みそ焼き)	7111 C 2 S V U 19/101 /III	そ)	ツ、にんじん、コーン缶、	
7	月	2,0	きゅうりとわかめの酢の物	, (, (,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		(2)		
			わかめとえのきのスープ				カットわかめ、えのきたけ	
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、片栗粉、は	さわら、木綿豆腐、鶏もも	りんご、キャベツ、きゅう	混ぜごはん
		せんべい	さかなと新ごぼうの煮つけ	お好み焼き風ポテト				
8	火	EV. (1)	はるさめの酢の物	43×10×火生でほかい 1.	るさめ、砂糖、油	肉、米みそ(淡色辛みそ)、	り、ごぼう、たまねぎ、コーン	
						豚ひき肉、かつお節	缶、にんじん、えのきたけ	
		4. 회	おかず汁 りんご	17 ~ 10 <del>*</del>	ata a sa atawa at	1.65		野芸し三座のラー
		牛乳	焼きもろこし飯	ほうじ茶	米、さつまいも、米粉、砂	木綿豆腐、豚ひき肉、豆乳、	ほうれんそう、たまねぎ、り	野米と豆腐のスーク
9	水	せんべい	マーボー豆腐	おに蒸しパン	糖、片栗粉、油	鶏ささ身、米みそ(淡色辛み	んご、にんじん、コーン缶、	
_	,		ほうれん草のおかか和え			そ)、かつお節	えのきたけ	
			鶏ささみのスープ りんご					
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、砂糖、片栗粉、油	豆乳、鶏もも肉(皮付き)、	キャベツ、ブロッコリー、チンゲンサ	八宝菜風
10	$\star$	せんべい	鶏肉の照り焼き きゅうりとツナの酢の物	豆乳かん		ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛	イ、スナップえんどう、きゅうり、もや し、粉かんてん	
10	111		ゆで野菜(えんどう・ブロッコリー)			みそ)	し、初かんてん	
			チンゲン菜ともやしのみそ汁			, ,		
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、米粉、油、	木綿豆腐、豚ひき肉、鶏もも	キャベツ、トマト、にんじ	ミートソーススパゲティ
11	全	せんべい	じゃが芋と鶏肉の煮物	チヂミ	砂糖	肉、米みそ(淡色辛みそ)	ん、きゅうり、コーン缶、さ	1
тт	717		きゃぺつの味噌ドレッシング和え				やえんどう、カットわかめ	
			豆腐とわかめのすまし汁 トマト		1		1 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7	1
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、砂糖、油	豆乳、鶏もも肉、油揚げ	たまねぎ、りんご、にんじん、キャベ	もやし炒め(レモン風味)
12	┸	せんべい	鶏肉のホイル焼き	油揚げと野菜の混ぜご飯	:		ツ、えのきたけ、切り干しだいこん、レ	1
17	ㅗ		切干し大根の旨煮		1		モン果汁	1
			豆乳と野菜のスープ りんご					1
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、油、砂糖、	木綿豆腐、豚肉(もも)、米みそ	にんじん、たまねぎ、こまつな、カリフ	こまつなおにぎり
1 .		せんべい	豚肉と根菜の煮物	ミネストローネ風スープ	上 西 4 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0		ラワー、だいこん、トマトピューレ、い	
13	日		炒り豆腐(ひじき) カリフラワーのサラダ		7 未切	(淡色辛みそ)、豚ひき肉	んげん、ひじき	1
			こまつなとだいこんのみそ汁					1
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、米粉、砂	豆乳、豚ひき肉、ツナ水煮	たまねぎ、にんじん、キャベツ、りん	じゃがチーズ焼き
		せんべい	カレーライス	かぼちゃもち (きな粉)			ご、だいこん、ビーマン、かぼちゃ、こ	1013, 7,86
14	月	C/U .0.	カレーフィス キャベツのレモン風味サラダ ピーマンのツナあえ	~ 14シャロシ(きは初)	糖、油	缶、きな粉	まつな、レモン果汁	1
			だいこんとこまつなのスープ りんご		1			1
		牛頭		17 ≥ 10 <del>V</del>	As a few days and a second	m+/\	ロノブ たまわざ ブロ・・コロー・・	at セン 12 /
		牛乳	御飯 ふりかけひじき (しそ)	ほうじ茶	さつまいも、米、じゃがい	豚肉(ロース)、米みそ(淡色辛	りんこ、たまねき、フロッコリー、きゅ うり、にんじん、トマト、グリーンアス	焼さりとん
15	火	せんべい	豚肉と野菜の炒めもの	さつま芋のようかん	も、砂糖、油	みそ)	プリ、にんじん、トマト、グリーンアス パラガス、ひじき、粉かんてん	1
	, ,		ブロッコリーのサラダ(きゅうり)		1		, , , , , , , o c c , , , , , , , c c ,	1
			じゃが芋とにんじんのみそ汁 りんご					
		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、油、片栗粉、砂糖	木綿豆腐、かじき、かつお節	トマト、こまつな、にんじ	マカロニきなこ
16	7k	せんべい	さかなのケチャップ煮	菜飯おにぎり(おかか)	1		ん、グリーンアスパラガス、	1
ΤO	///		アスパラガスと人参のソテー		1	1	たまねぎ、えのきたけ	I
10								

18 金 せんべい	表	大 fujimuraナーサリー(一般)							
17 大	日 曜	午前おわつ	昼食献立名	午後おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			夕方おやつ	
17   大きかない   お助に走り回動の実施   おいとしているからい   数にあっているからい   数にあっている   数にあっているからい   数にあっている   数にあっているからい   数にあっているからい   数にあっているからい   数にあっているからい   数にあっている   数にあっている	п		△ 及 M 立 右						
1		1	1						
おおから	17 木	せんへい		蒸しバン (とうもろこし)	糖、油、片栗粉	米みそ(淡色辛みそ)、ツナ	ん、コーン缶、たまねぎ、さ		
日本						水煮缶	やえんどう	・セんへい	
19		牛乳			米、さつまいも、砂糖、油、	豚肉(ばら)、米みそ (赤色辛み	キャベツ、りんご、ブロッコ	ふろふきだいこん	
19	1이수	せんべい	豚肉とキャベツのみそ炒め	さつま芋のレモン煮	オリーブ油				
19	10 1								
19		4 -0	l l						
19   工					じゃがいも、米、油	木綿豆腐、豚肉(肩ロース)		炒り豆腐	
国際とかかののスープ	19 土	せんべい		ベイクトしゃか					
20 日 世代へい							トわかめ		
□ はまたネッペッのサラダ アスパラのコーン第 リルご 中京、		牛乳	御飯	ほうじ茶	米、じゃがいも、油	豆乳、鶏もも肉	キャベツ、たまねぎ、グリーンアスパラ	キャベツとりんごのサラダ	
	20 L	せんべい	鶏肉入り豆乳ポトフ	わかめおにぎり			1		
21 月 世紀、いた 1 日子の 1 日子	20 1						じき、カットわかめ		
21 月 世んべい									
は今れん変ともやしのナムル キャベツとあげのみを行					米、砂糖、油、片栗粉			_ ,	
1	21 月	せんべい		キャロットゼリー(寒大)		そ)、油揚げ	1	・りんこナッノ	
22 大 世代									
22 火         世んべい 中央でおくらの見えり一た記 国民とデッグン図のみぞ汁 財産とデッグン図のみぞ汁 サイスのクラー とうないとものののローン図味品し いとの動物にないる。 ちゃでファッツー とうないともののみぞ汁 サース	+	牛乳			米、じゃがいも、砂糖、米	豆乳。木綿豆腐. 豚肉(ばら)	りんご、キャベツ、たまわ	・じゃがいものポタージュ	
キャベツとおくらの別は物   四点ドンツン変のの大き・リルビ   日うじ茶   米、じゃがいも、さつまい   さけ、来みそ(淡色辛み   こんしん、たまねぎ、プロッ   できいナボリタ   日うじぶ   大 世 人 ペ	22 14	せんべい	肉じゃが	りんごの豆乳クリーム和え	粉油			・せんべい	
空間をデンタン葉のかを注: リルに	24 1 75		キャベツとおくらの和え物		/0) С/Ш	)K-7-C ()X-0+-7-C7			
23 水         本水化         さかなとえのきのレモン発酵業品 しこの物質 (によした) 表でプロコリー こまつなといものみそ汁 いたりにあり 表でプロコリー こまつなといものみそ汁 か変の (こまつ) 表示 (こまつ) まっつ) のかが (こまつ) 表示 (こまつ) 表示 (こまつ) まっつ) のかが (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっつ) のかが (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっし (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっし (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっし (こまつ) まっし (こまつ) まっつ) によい (こまつ) まっし (こまの) まっし (こまつ) まっし									
1					米、じゃがいも、さつまい	さけ、米みそ(淡色辛み		やさいナポリタン	
1	23 水	せんべい		さつまいもおにきり	も、砂糖、ごま油	そ)、油揚げ	コリー、こまつな、えのきた		
24 末							け、ひじき、レモン果汁		
24 木         せんべい         豆腐の食むきあんかけ きゅうりとわかめの節の物 じゃがいもとねぎのみそ汁 りんご         歴史イン (豆乳)         糖、じゃがいも         米みそ (液色率みそ)         ぎ、ねぎ、にんじん、えのき たけ、カットわかめ           25 金         金         せんべい         ミートローフ (豆腐・ひじき) いんけんのおかかあえ 五日みそ汁 トマト         はうじ茶 内田マ入り豆乳スープ         米、さといも、米粉、砂糖、 指げ、かつお節         ボ・ルラと食べきなり、水みそ (淡色率みそ)、まな粉、油 指げ、かつお節         たんにな、きゅり、えのき たい、ルルドストがは、がばちゃ、にんしん、がばちゃ、にんしん、だまねぎ、さっぱり、マナットを出る。 い、コーン毎         たんじん、だはつ、ひじき はっかりのかき貼げ さっぱりボテトサラダ えのきのスープ         米、じゃがいも、油、片栗 利田マ入り豆乳スープ         豚ひき肉、フナ水煮缶、米み そ (淡色率みそ)         りんご、にんじん、たまね ぎ、もやし、コーン缶、ひじま ま、もやし、コーン缶、ひじま き、もやし、コーン缶、ひじま ま、もやし、コーン缶、ひじま ま、もやし、コーン缶、ひじま き、もやし、コーン缶、ひじま ま、もやし、コーン缶、ひじま ま、もやし、コーン缶、り よのまのは、水みそ (淡色率 みぞ)           28 月         中乳 砂板 とさめともやしのジンラ コーンスープ (おき) りんご まがなの信田煮 プロッコリーのおかが和え だいたとたまはぎのみそ汁 キャンにとたままぎのみそ汁 トマト         ほうじ茶 そらまめのケーキ きらまののケーキ きらまののケーキ きらまののケーキ きらまののケーキ もっりのゆかりあえ コーンスープ (おき) りんご もっりのゆかりあえ まっコンののカープ (おき) りんご もっシスープ (おき) りんご もっカリのゆかりあえ コーンスープ (おき) りんご もっカリのゆかりあえ こコーンスープ (おき) りんご もっカリのゆかりあえ こコーンス・アナマトア・マア・フェスがけ キャベン、こまっな、コーン生、デャベン ファスバラス、カリー・ア・ア・ファスバリ キャベン、こまっな、コーン生、デャベン ファスバラス、切り中したいたん とファスバリス・ア・ファスバリ キャベン、こまっな、コーン生、デャベン ファスバラス、カリー・ア・ア・ファスバリ キャベン、こまっな、コーン生、デャベン ファスバラス、カリー・ア・ア・ファスバリ エーアン (ファスバリア・ファスバリー・ア・ア・ファスバリア・ファスバリア・ファスバリア・ファスバリア・ファスバリア・ファスバリス・ファム・ア・ファスバリス・ファム・ア・ファスバリア・ファスバリー・ア・ア・ファスバリス・ファム・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ファム・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファス・ファス・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ファム・ファム・ア・ファスバリー・ア・ファスバリー・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム・ファム	-	牛乳.		ほうじ茶	米 米粉 片亜粉 油 砂	大線豆腐 豆乳 鶏ひき肉	きゅうり りんご たまわ	蒸しかぼちゃ	
1	ب   ړ			蒸しパン(豆乳)			- / / / / / (		
日本記   日	<sup>24</sup>   ^		きゅうりとわかめの酢の物		何にしてがいり	水砂で(灰色+砂で)			
25 金         並んべい         ミートローフ (宮腐・ひじき) いんぱんのおかかあえ 五日みそ汁 トマト 五日みそ汁 トマト 五日みそ汁 トマト スロリック こと スロリック スロリック こと スロリック スロリー スロリック スロリース スロース スロ							75 (7) 7 1 1 17 17 18 18		
1					米、さといも、米粉、砂糖、	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	トマト、たまねぎ、だいこ	雑炊	
五日みそ汁 トマト	25 金	せんべい		かぼちゃもち (きな粉)	油	(淡色辛みそ) 、きな粉、油	ん、いんげん、かぼちゃ、にん		
26 土         中乳         カレー風味のトマトリゾット 腐のから揚げ 病のから揚げ 病のから揚げ 病のから揚げ から はい、カートマトロ話、ドマトビュー とい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カートマトロ話、ドマトビューとい、カーマトマトロ話、ドマトビューとの だい、カートマトロ話、ドマトビューとい カーマール マラリルご にんじん、たまね まい から みこう まずとわかめのみそ汁 りんご ほうじ 不 かぼ ちゃかん 日菜 とみらともやしのソテー さつまずとわかめのみそ汁 りんご ほうじ 茶 かぼ ちゃかん 日菜とえのきのすまし汁 御飯 はった みこりのかかわれえ たいこんとたまれぎのみそ汁 トマト 御飯 はった とた まれぎのみそ汁 トマト の版 はらと たいこんとたまれきのみそ汁 トマト の版 はらと たいこんとたまれきのみそ汁 トマト の版 はらと 度 はらした たいこん とまれき である と						揚げ、かつお節	じん、ごぼう、ひじき		
26 土         せんべい         鶏のから揚げ さっぱリボテトサラダ えのきのスープ         肉団子入り豆乳スープ 粉、砂糖、米粉         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマトロは、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマト自然、トマトビュー い、コン倍         たけ、ホールマトロは、トまねだ またりまた。これんに、たまね ぎ、もやし、コーン信、ひじ き、カットわかめ         鶏そぼろおにき ぎ、もやし、コーン信、ひじ き、カットわかめ         鶏そぼろおにき ぎ、もやし、コーン信、ひじ き、カットわかめ         鶏そぼろおにき ぎ、もやし、コーン信、ひじ き、カットわかめ         カットわかめ         たが、木綿豆腐、 ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛み ウントがよれが、きゅうり、えのきた け、粉がんてん         かばちゃ はっれんそうごはん んだん、たまねぎ、きゅうり、えのきた け、粉がんてん         ただんだん まねぎ、きゅうり、えのきた け、粉がんてん         ただんだん、カットカかめ         ロラれんそうごはん んだん、たまねぎ、ものっち け、粉がんてん         ただんだん、カットカかめ         トマト、いんげん、プロッコ カー、だいこんとまねぎのみそ汁 そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのケーキ そりまめのブースがけ 切下し大規ときゃしの炒め物 キャベツとアスバラのコーン煮 豆腐とこまつなのスープ         米、米粉、油、片栗粉、砂糖 もやし、ボールトマト自然、たまねぎ、 コーン店、グリンスバラガス、切り干しだいこん ピーマン         サイン、こさな、コーン店、グリンスバラガス、切り干しだいこん ピーマン         野菜炒め キャベツ、こさな、コーン店、グリンススラガス、切り干しだいこん ピーマン         サイン、こさな、コーン店、グリンススラガス、切り干しだいこん ピーマン         サイン、こさな、コーン店、グリンススラガス、切り干しだいこん ピーマン         エネルギー ローンメ・ボー ローンメ・ガー         2.3 mg         カルシウム         106 mg         106 mg	-	牛到.		ほうじ茶	米 じゃがいむ 油 片亜	豚がき肉 戸刻 弾むむ肉	たまねぎ、にんじん、きゅうり、えのき	ベイクドじゃが	
27 日   中乳   御飯   ほうじ茶   大・砂糖   大・乗粉、油   大・乗粉、油   カルシウム   カルシウム   カルシウム   カルシウム   カルシウム   カルシウム   カルシウム   大・ボーン   サネベン   カルシウム   カルシウム   カルシウム   カルシウム   10.6 mg	ا ا					IN CENT THE MOON	1	171013	
27 日       中乳       御飯       ほうじ茶       米、さつまいも、はるさめ、 鶏のき肉、ツナ水煮缶、米み そ (淡色辛みそ)       リんご、にんじん、たまね 第そぼろおにき 2 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	20  ±		さっぱりポテトサラダ		初、形備、不初		レ、コーン缶		
27 日       世んべい       鶏団子の照り煮 はるさめともやしのソテー さつま芋とわかめのみそ汁 りんご       油、片栗粉、砂糖       そ (淡色辛みそ)       ぎ、もやし、コーン低、ひじ き、カットわかめ         28 月       年乳 地んべい       御飯 白菜とえのきのすまし汁       ほうじ茶 かぼちゃかん       米、砂糖、片栗粉、油 ウナ水煮缶、米みそ (淡色辛 みそ)       豆乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、 ツナ水煮缶、米みそ (淡色辛 みそ)       かばちゃ、はられんそうではん たいたんたまねぎ、きゅうり、えのきた け、粉かんてん         29 火       中乳 せんべい       御飯 さかなの信田煮 ブロッコリーのおかか和え だいこんとたまねぎのみそ汁 たいこんとたまねぎのみを汁 さいうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ)       ほうじ茶 そらまめのケーキ       どっがいも、米、米粉、油、片栗粉、砂糖 ・きゅうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ)       生揚げ、豚肉(ばら)、豆乳 こんばん、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、コーン倍 いたし、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、コーン倍 いたいた。なまれず、そらまめ、ねぎ、カットカかめ         31 木       中乳 せんべい       パン のアパーマアンアスパラのコーン煮 豆腐とこまつなのスープ       ほうじ茶 おさかなごはん       ロールパン、米、油、砂糖 キャベツ、こまっな、コーン倍、グリー ファスパラガス、切り干したいこん、 ビーマン       おのよ キャベツ、こまっな、コーン倍、グリー ファスパラガス、切り干したいこん、 ビーマン       野菜炒め キャベツ、こまっな、コーン倍、グリー ファスパラガス、切り干したいこん、 ビーマン         1 か月の平均栄養量       エネルギー たんばく質 16.6 g       カルシウム       106 mg			えのきのスープ						
1 か月の平均栄養量   1 0 を かぼりをかん おお かぼりゃん かばり下れんそうごはん かばり中かん 大き かばりをかん (場 かばり を かばり を かばり を かばり を かばりを かんでい も かばりを かばり を かばりを かばり を かばり を かばりを かんそうごはん かばりゃん 大き かがにもん かが		牛乳				鶏ひき肉、ツナ水煮缶、米み	りんご、にんじん、たまね	鶏そぼろおにぎり	
とつま芋とわかめのみを汁 りんご   おりんご   御飯   ほうじ茶   水、砂糖、片栗粉、油   豆乳、鶏ひき肉、木綿豆腐、ツナ水煮缶、米みそ(淡色辛   みぞ)   上がした。 にはうれんそうごにん にんしん。 たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、粉かんてん   おかなの信田煮   ブロッコリーのおかか和え   だいこんとたまねぎのみそ汁   トマト   御飯   でいこんとたまねぎのみを汁   トマト   上でがいも、米、米粉、油、片栗粉、砂糖   上乗粉、砂糖   上乗粉、砂糖   上乗粉・砂糖   上乗粉・砂糖   上乗粉・砂糖   上乗粉・砂糖   上井が、下まねぎ、にんじん、カットわかめ   マカロニきなごにんじん。 たまねぎ、こっンスープ (ねぎ) りんご   上半乳   ガン・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス・ス	27 日	せんべい		チャーハン (ツナ・ひじき)	油、片栗粉、砂糖	そ (淡色辛みそ)	ぎ、もやし、コーン缶、ひじ		
28 月 せんべい       御飯 松風焼き はうれんそうではん かぼちゃかん       出うれんそうではん かぼちゃかん       一年乳 かぼちゃかん       一年乳 かぼちゃかん       一年乳 かぼちゃかん       一年乳 かぼちゃかん       一年乳 かぼちゃかん       一年乳 かばちゃかん       一年乳 かばちゃかん       一日素とえのきのすまし汁 かり かりんてん       一日素とえのきのすまし汁 かり かりんてん       上でがいも、米、米粉、油、 きわら、米みそ (淡色辛みそ)       トマト、いんげん、プロッコ りったいこん、たまねぎ、こんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ にんじん、たまねぎ、こんじん、カットわかめ きゅうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ) りんご かきゅうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ) りんご かけ していころ たまわざ、おきかなごはん 切け していころ たまわざ、おきかなごはん 切け カーンの カーンの カーンの カーンの カーンの カーンの カーンの カーンの							き、カットわかめ		
28 月     世んべい     松風焼き ほうれん草とツナのお浸し にんじんのサラダ 白菜とえのきのすまし汁     はうじ茶 芋もち     じゃがいも、米、米粉、油、 片栗粉、砂糖     さわら、米みそ(淡色辛み そ)、油揚げ、かつお節     トマト、いんげん、プロッコ リー、だいこん、たまねぎ、 にんじん、カットわかめ     煮込みうどん リー、だいこん、たまねぎ、 にんじん、カットわかめ       30 水     中乳 切飯 様んべい     はうじ茶 でいこんとたまねぎのみそ汁 トマト 様んべい     まうじ茶 そらまめのケーキ     米、米粉、油、片栗粉、砂糖 きゅうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ) りんご     生揚げ、豚肉(ばら)、豆乳 こんじん、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、 コーン倍     フリームコーン低、リルご、たまねぎ、 にんじん、カットわかめ     マカロニきなご にんじん、カットわかめ       31 木     中乳 サイベい     パン ・ハンパーグトマトソースがけ サイベルとアスパラのコーン煮 豆腐とこまつなのスープ     ほうじ茶 おさかなごはん おさかなごはん おさかなごはん おさかなごはん マカロニきなご おかなごはん おさかなごはん おっなごはん マカロニきなご おっなごはん おっなごはん マカロニきなご おきかなごはん おっなごはん マカロニきなご おっなごはん マカロニきなご ない、ツナ水煮缶     本綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、鶏ひき肉、鶏ひき キャベツ、こまつな、コーン低、グリー アスパラガス、切り干しだいこん、 ビーマン       1 か月の平均栄養量     エネルギー たんぱく質 16.66g     カルシウム カルシウム 10.6mg     2.3mg 10.6mg	+	牛乳		ほうじ茶	米、砂糖、片栗粉、油	豆乳。鶏ひき肉、木綿豆腐	かぼちゃ、ほうれんそう、はくさい、に	ほうれんそうごはんのピザ	
日うれん草とツナのお浸し にんじんのサラダ 白菜とえのきのすまし汁   日うれん草とツナのお浸し にんじんのサラダ 白菜とえのきのすまし汁   日うじ茶   デもち   「でかいも、米、米粉、油、 さわら、米みそ(淡色辛み   トマト、いんげん、ブロッコ   煮込みうどん   大変粉、砂糖   さわら、米みそ(淡色辛み   トマト、いんげん、ブロッコ   煮込みうどん   大変粉、砂糖   上級が、かつお節   リー、だいこん、たまねぎ、にんじん、カットわかめ   ロールパン、米、油、砂糖   上級ではらと厚揚げの炒め物   きゅうりのゆかりあえ   コーンスープ (ねぎ) りんご   イギ乳   ボン ハンバーグトマトソースがけ   日うじ茶   オ・インス・アスパラのコーン煮   日の中分・大変を   ロールパン、米、油、砂糖   大総三腐、豚ひき肉、鶏ひき   ちゃん、ホールトマトロ詰、たまねぎ、チャベツ、こまつな、コーンは、グリーンアスパラガス、切り干したいこん。 カルシウム   カルシウム   106 mg   ロールの	20 1						んじん、たまねぎ、きゅうり、えのきた		
日菜とえのきのすまし汁   日菜とんじん   米、米粉、油、大果粉、油、大果粉、油、大果粉、油、大果粉、油、大果粉、砂糖   生物が、たいこん、たまねぎ、にんじん、カットわかめ   マカロニきなごはん たいこんとたまねぎのみそ汁   トマト、いんげん、ブロッコ   煮込みうどん   サームにこんにん、カットわかめ   ロールバン、米、米粉、油、片栗粉、砂糖   生物が、豚肉(ばら)、豆乳   ロールエーンは、りんご、きゅうり、にんじん、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、コーンスープ (ねぎ) りんご   ロールバン、米、油、砂糖   木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき   キャベツ・とアスパラのコーン煮   日本・ベッとアスパラのコーン煮   日本・ベッとアスパラのコーン煮   日本・ベッとアスパラのコーン煮   日本・ベッとアスパラのコーン煮   日本・イッとアスパラのコーン煮   日本・イッとアスパラのコーン煮   日本・イッとアスパラのコーン者   日本・イッとアスパラのコーン名   日本・イッとアスパラが、日本・イッとアスパラが、日本・イッとアスパラが、日本・イッとアスパラのコーン名   日本・イッとアスパラが、日本・イッとアスパラの   日本・イッとアスパラの   日本・イッション   日本・イット・インスパラン   日本・イッとアスパラの   日本・イッとアスパラの	2이 거		ほうれん草とツナのお浸し にんじんのサラダ				け、粉かんてん		
29 火       せんべい       さかなの信田煮 プロッコリーのおかか和え だいこんとたまねぎのみそ汁 トマト       芋もち       片栗粉、砂糖       そ)、油揚げ、かつお節       リー、だいこん、たまねぎ、にんじん、カットわかめ にんじん、カットわかめ         30 水       牛乳 せんべい まゅうりのゆかりあえ コーンスープ (ねぎ) りんご       ほうじ茶 そらまめのケーキ       米、米粉、油、片栗粉、砂糖 そらまめのケーキ       生揚げ、豚肉(ばら)、豆乳 にんじん、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、コーン缶、じんじん、たまねぎ、そっちまめ、ねぎ、コーン倍         31 木       サ乳 サー、大根ともやしの炒め物 キャベツとアスパラのコーン煮 豆腐とこまつなのスープ       ほうじ茶 おさかなごはん キャベツとアスパラのコーン煮 豆腐とこまつなのスープ       ロールパン、米、油、砂糖 キャベツとアスパラガス、切り干したいこん、ビーマン       本株可原、豚ひき肉、鶏ひき キャベツ、こまつな、コーン缶、グリーンアスパラガス、切り干したいこん、ビーマン         1か月の平均栄養量       エネルギー たんぱく質 16.6 g       482 k c a l       鉄 カルシウム       2.3 m g         たんぱく質 たんぱく質       16.6 g       カルシウム       106 m g			白菜とえのきのすまし汁			0,.()			
たいこんとたまねぎのみそ汁 トマト   にんじん、カットわかめ   にんじん、カットわかめ   だいこんとたまねぎのみそ汁 トマト   御飯   ほうじ茶   でもべい   様式のと厚揚げの炒め物   さゅうりのゆかりあえ   コーンスーブ (ねぎ) りんご   イ乳   ガン ハンバーグトマトソースがけ   ほうじ茶   おさかなごはん   オ綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、鶏ひき肉、鶏ひき肉、鶏ひき肉、乳の上も   サイベル   ガーし大根ともやしの炒め物   キャベツとアスバラのコーン煮   豆腐とこまつなのスープ   本え   本え   本え   大と   大と   大と   大と   大名   大名   大名   大名					じゃがいも、米、米粉、油、	さわら、米みそ(淡色辛み	トマト、いんげん、ブロッコ	煮込みうどん	
たいこんとたまねぎのみそ汁 トマト   にんじん、カットわかめ   にんじん、カットわかめ   だいこんとたまねぎのみそ汁 トマト   御飯   ほうじ茶   でもよめのケーキ   ほうじ茶   でもよめのケーキ   でもよめのケーキ   でもよめい なぎ、コーンスープ (ねぎ) りんご   イ乳   イネ   バン ハンバーグトマトソースがけ   ほうじ茶   おさかなごはん   ロールパン、米、油、砂糖   木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき   キャベツ、こまつな、コーン店、グリーシアスパラのコーン煮   豆腐とこまつなのスープ   本ネッツとアスパラのコーン煮   豆腐とこまつなのスープ   本ネッツとアスパラのコーン煮   エネルギー   482 k c a l   鉄   2.3 m g   たんぱく質   16.6 g   カルシウム   106 m g   106	29 火	せんべい		于もち	片栗粉、砂糖	そ)、油揚げ、かつお節	リー、だいこん、たまねぎ、		
30   水							にんじん、カットわかめ		
おおけんだん	-	牛乳		ほうじ茶	米、米粉、油、片亜粉、砂糖	生揚げ、豚肉(げら) 豆到	クリームコーン缶、りんご、きゅうり、	マカロニきなこ	
コーンスープ (ねぎ) りんご   コーンスープ (ねぎ) りんご   コーンスープ (ねぎ) りんご   オ綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき   キャルトマト缶詰、たまねぎ、野菜炒め   サルベル   サーナス	20 -1.		1		/小、小切、川、八木切、砂帽	エがい、190円(はり)、工力	にんじん、たまねぎ、そらまめ、ねぎ、	. ,,,,,	
イ乳	ᆀ		きゅうりのゆかりあえ				コーン缶		
31 木 せんべい 切干し大根ともやしの炒め物 おさかなごはん おさかなごはん おさかなごはん おさかなごはん おさかなごはん はって かり カー・ファスパラガス、切り干しだいこん、ビーマン エネルギー 482 k c a l 鉄 2.3 mg たんぱく質 16.6 g カルシウム 106 mg									
TATION TO THE TENT TO THE					ロールパン、米、油、砂糖	木綿豆腐、豚ひき肉、鶏ひき		野菜炒め	
1か月の平均栄養量     エネルギー     482 k c a l     鉄     2.3 m g       たんぱく質     16.6 g     カルシウム     106 m g	31 未	せんべい		おさかなごはん		肉、ツナ水煮缶			
1か月の平均栄養量     エネルギー 482 k c a l 鉄 2.3 m g       たんぱく質 16.6 g カルシウム 106 m g	''`						1		
1 か月の平均栄養量 たんぱく質 16.6 g カルシウム 106 mg		<u> </u>		koal	\$H	2.2			
UL 555 11.7	1か月	月の平均栄養量						1	
\PIII 42 \ 2 \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	( <b>∀</b> h1⊟	<ul><li>おわつ今か)</li></ul>	L				-	1	
塩 分 1.8 g 食物繊維 4.5 g	( <i>A</i> /J ) Ū	47 ( 7 D D)						1	

※ 魚は季節や天候により、使用する魚の種類が変わる場合があります