



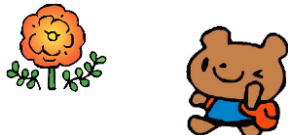
※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。
2週間の献立をのせています。

日付	献立名	材料名
19月	お粥 鮭のみぞれあんかけ	米/さけ/たまねぎ/にんじん/だいこん/だしかつお/片栗粉/
20火	お粥 ささみと彩り野菜の和風煮	米/鶏ささみ/ブロッコリー/にんじん/キャベツ/たまねぎ/だしかつお/片栗粉/
21水	お粥 鯛と野菜のお芋和え	米/たい/さつまいも/にんじん/ほうれんそう/
22木	お粥 豆腐と白菜のとろとろ煮	米/絹ごし豆腐/はくさい/にんじん/こまつな/だしかつお/片栗粉/
23金	お粥 大豆と野菜のやわらか煮	米/だいず水煮/にんじん/こまつな/たまねぎ/だしかつお/片栗粉/
24土	おじや	米/鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/にんじん/
26月	お粥 野菜とお麴のぼつてり煮	米/切り麴/にんじん/きゅうり/たまねぎ/はくさい/だしかつお/片栗粉/
27火	お粥 豆腐と野菜の彩り煮	米/絹ごし豆腐/にんじん/たまねぎ/チンゲンサイ/だしかつお/片栗粉/
28水	野菜入りお粥 ささみと野菜のぼつてり和え	米/たまねぎ/鶏ささみ/じゃがいも/キャベツ/きゅうり/にんじん/
29木	お粥 大豆と野菜のトマト煮	米/だいず水煮/たまねぎ/にんじん/ホールトマト/だしかつお/片栗粉/
30金	お粥 まぐろと野菜の和風煮	米/まぐろ/キャベツ/チンゲンサイ/にんじん/だしかつお/片栗粉/
31土	野菜のパン粥	食パン/鶏ささみ/キャベツ/にんじん/たまねぎ/

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。
2週間の献立をのせています。

日付	献立名	材料名
19月	牛丼(お粥) ゆで野菜 味噌汁	米/牛肉/油揚げ/たまねぎ/葉ねぎ/三温糖/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/にんじん/だいこん/にんじん/わかめ(乾)/煮干し/こんぶ(だし用)/味噌/
20火	お粥 ささみチーズフライ きゅうりとブロッコリーのサラダ スープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/粉チーズ/なたね油/塩/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/しょうゆ/キャベツ/にんじん/たまねぎ/だしかつお/塩/
21水	お粥 鶏と根菜の煮物 ほうれん草の黄金和え	米/鶏肉/だいこん/にんじん/さつまいも/だしかつお/しょうゆ/三温糖/ほうれんそう/卵/塩/三温糖/しょうゆ/
22木	お粥 肉団子の春雨スープ 小松菜のお浸し	米/豚ひき肉/絹ごし豆腐/片栗粉/はくさい/にんじん/トウモロコシ/はるさめ/だしかつお/しょうゆ/こまつな/にんじん/だしかつお/しょうゆ/
23金	お粥 鯖の味噌マヨ焼き ゆで野菜 すまし汁	米/さわら/塩/味噌/マヨネーズ/三温糖/にんじん/たまねぎ/こまつな/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/
24土	おじゃ	米/鶏ささみ/たまねぎ/キャベツ/にんじん/塩/
26月	お粥 煮魚 白菜の煮浸し 味噌汁	米/たら/三温糖/しょうゆ/本みりん/きゅうり/はくさい/だしかつお/しょうゆ/切り麩/にんじん/たまねぎ/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/
27火	お粥 照り焼きチキン ゆで野菜 スープ	米/鶏肉/しょうゆ/本みりん/グリーンアスパラガス/にんじん/絹ごし豆腐/にんじん/チンゲンサイ/だしかつお/塩/
28水	野菜ピラフ(お粥) キャベツのマヨサラダ スープ	米/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/塩/キャベツ/きゅうり/にんじん/マヨネーズ/じゃがいも/たまねぎ/だしかつお/塩/
29木	お粥 大豆と根菜のトマト煮 キャベツのサラダ	米/だいず水煮/牛肉/たまねぎ/にんじん/なたね油/だしかつお/ホールトマト/味噌/塩/にんじん/キャベツ/三温糖/しょうゆ/
30金	中華丼風お粥 まぐろの甘辛あえ 果物	米/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/にんじん/だしかつお/しょうゆ/塩/三温糖/まぐろ/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/ほうれんそう/バナナ/
31土	ドッグパン ポテトサラダ ポトフ風スープ	ドッグパン/じゃがいも/にんじん/きゅうり/マヨネーズ/鶏肉/にんじん/たまねぎ/キャベツ/だしかつお/塩/

※木曜日の朝までに食べていない食材にチェックして頂き、1枚に名前を書いて持ってきてください。
2週間の献立をのせています。

日付	献立名	材料名	おやつ
19月	牛丼(軟飯) キャベツのおかか和え 味噌汁	米/牛肉/油揚げ/たまねぎ/ごぼう/葉ねぎ/白ごま/酒/三温糖/しょうゆ/本みりん/だしかつお/こんぶ(だし用)/キャベツ/にんじん/ごま油/ぼん酢しょうゆ/しょうゆ/三温糖/糸かつお/だいこん/にんじん/わかめ(乾)/なめこ/煮干し/こんぶ(だし用)/味噌/	マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・三温糖・塩)
20火	軟飯 ささみチーズフライ きゅうりの黒ごまサラダ トマトスープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/粉チーズ/なたね油/塩/きゅうり/ブロッコリー/にんじん/黒ごま/塩/しょうゆ/にんじん/たまねぎ/キャベツ/しめじ/コンソメ/塩/ホールトマト/ケチャップ/	オートミールパンケーキ (ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・オートミール)
21水	軟飯 鶏と根菜のさっぱり煮 ほうれん草の黄金和え	米/鶏肉/だいこん/にんじん/れんこん/さつまいも/干しいたけ/しょうが/酒/しょうゆ/三温糖/オイスターソース/酢/中華だしの素/ほうれんそう/卵/塩/三温糖/しょうゆ/	シュガートースト (食パン・マーガリン・グラニュー糖)
22木	豆ご飯(軟飯) ニラ団子の春雨スープ 小松菜の棒棒鶏風	米/うすいえんどう/塩/豚ひき肉/絹ごし豆腐/酒/にら/しょうが/しょうゆ/片栗粉/はくさい/にんじん/干しいたけ/トウモロコシ/はるさめ/コンソメ/塩/しょうゆ/こまつな/もやし/にんじん/鶏肉/深煎り胡麻ドレッシング(卵)/ごまペースト/しょうゆ/	かむかむビーンズ (さつまいも・大豆・片栗粉・なたね油・三温糖・しょうゆ)
23金	軟飯 鯖の味噌マヨ焼き ひじき豆 すまし汁	米/さわら/塩/味噌/マヨネーズ/三温糖/干しひじき/油揚げ/にんじん/だいず水煮/こまつな/つきこんにやく/ごま油/だしかつお/三温糖/しょうゆ/本みりん/たまねぎ/えのきたけ/トウモロコシ/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/塩/	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・三温糖・メロン・バナナ)
24土	スパゲッティナポリタン コールスローサラダ	スパゲティー(冷)/ベーコン/たまねぎ/ピーマン/しめじ/塩/ホールトマト/ケチャップ/なたね油/バター/キャベツ/きゅうり/にんじん/ハム/コーン(冷)/塩/マヨネーズ/	
26月	軟飯 煮魚 酢の物 味噌汁	米/さば/しょうが/三温糖/しょうゆ/本みりん/酒/かまぼこ(卵)/きゅうり/はくさい/わかめ(乾)/三温糖/酢/しょうゆ/塩/切り麩/にんじん/たまねぎ/なめこ/だしかつお/こんぶ(だし用)/味噌/	お麩ラスク (切り麩・三温糖・バター)
27火	軟飯 ねぎ塩チキン アスパラとトマトのサラダ スープ	米/鶏肉/酒/塩/白ねぎ/レモン果汁/ごま油/鶏ガラスープ/塩/三温糖/グリーンアスパラガス/トマト/キャベツ/にんじん/ツナ/酢/なたね油/塩/三温糖/絹ごし豆腐/にんじん/チンゲンサイ/しいたけ/鶏ガラスープ/塩/	ふかしいも (さつまいも)
28水	カレーピラフ(軟飯) キャベツのマヨサラダ スープ	米/カレー粉/コンソメ/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/ピーマン/コーン/バター/にんにく/カレー粉/ケチャップ/本みりん/しょうゆ/ウスターソース/中濃ソース/コンソメ/塩/キャベツ/きゅうり/にんじん/ハム/塩/マヨネーズ/じゃがいも/たまねぎ/セロリー/しめじ/コンソメ/	ジャムサンドロール (食パン・いちごジャム)
29木	軟飯 大豆と根菜のトマト煮 ツナわかめサラダ	米/だいず水煮/牛肉/たまねぎ/にんじん/れんこん/ごぼう/なたね油/コンソメ/ホールトマト/味噌/塩/ツナ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/三温糖/しょうゆ/酢/塩/	りんごゼリー (りんご天然果汁・アガー・三温糖)
30金	ちゃんぽん 豚レバーの甘辛あえ 果物	ゆでちゃんぽんめん(冷)/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ(卵)/にんじん/牛乳/中華だしの素/しょうゆ/塩/ごま油/豚レバー/片栗粉/なたね油/しょうゆ/本みりん/三温糖/ほうれんそう/バナナ/	中華おこわ (米・もち米・つきこんにやく・鶏肉・にんじん・干しいたけ・グリーンピース・しょうゆ・塩・ごま油)
31土	ドックパン ポテトサラダ ポトフ風スープ	ドッグパン/じゃがいも/にんじん/ハム/きゅうり/コーン(冷)/マヨネーズ/塩/鶏肉/にんじん/たまねぎ/キャベツ/コンソメ/塩/	