

※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ています。

なまえ ()

)

日付	献立名	材料名
24月		振替休日 
25火	お粥 鮭の塩焼き ゆで野菜 スープ	米/さけ/塩/にんじん/きゅうり/さつまいも/にんじん/たまねぎ/だしかつお/塩/
26水	お粥 鶏のほぐり煮 春雨サラダ	米/鶏肉/じやがいも/にんじん/いんげん(冷)/しょうゆ/三温糖/だしかつお/こんぶ(だし用)/はるさめ/もやし/きゅうり/三温糖/しょうゆ/
27木	ロールパン パンプキンシチュー キャベツのマヨサラダ	ロールパン/鶏肉/かぼちゃ/にんじん/たまねぎ/グリンピース(冷)/なたね油/牛乳/バター/塩/だしかつお/片栗粉/キャベツ/きゅうり/マヨネーズ/しょうゆ/
28金	お粥 ミートオムレツ ゆで野菜 味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/なたね油/三温糖/しょうゆ/にんじん/はくさい/にんじん/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしかつお/味噌/
29土	スパゲッティナポリタン	スパゲティー/鶏ささみ/たまねぎ/にんじん/キャベツ/塩/ホールトマト缶/ケチャップ/バター/
01月	お粥 鮭の塩こうじ焼き ゆで野菜 すまし汁	米/さけ/塩こうじ/にんじん/だいこん/にんじん/だしかつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/
02火	スタミナっとう丼(お粥) 青菜の煮浸し すまし汁	米/納豆/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/しょうゆ/三温糖/こまつな/だしかつお/しょうゆ/三温糖/たまねぎ/にんじん/わかめ(乾)/しょうゆ/塩/だしかつお/
03水	お粥 肉じゃが ほうれん草のお浸し	米/鶏肉/じやがいも/にんじん/白ねぎ/たまねぎ/いんげん(冷)/三温糖/しょうゆ/だしかつお/こんぶ(だし用)/ほうれんそう/にんじん/だしかつお/しょうゆ/
04木	お粥の中華丼風 まぐろの唐揚げ 果物	米/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/にんじん/しょうゆ/三温糖/だしかつお/片栗粉/まぐろ/片栗粉/なたね油/しょうゆ/みりん/三温糖/ほうれんそう/バナナ/
05金	お粥 鮭フライ キャベツときゅうりのサラダ 味噌汁	米/さけ/塩/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/キャベツ/きゅうり/しょうゆ/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしかつお/味噌/
06土	野菜ピラフ(お粥) ミルクスープ	米/にんじん/たまねぎ/塩/鶏肉/たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/だしかつお/牛乳/塩/

※木曜日の朝まで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ています。

なまえ ()

日付	献立名	材料名	おやつ
24月		振替休日	
25火	軟飯 鯖のカレーソテー マカロニサラダ スープ	米/さば/カレー粉/強力粉/オリーブオイル/マカロニ/ツナ/にんじん/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/塩/さつまいも/にんじん/たまねぎ/しめじ/コンソメ/塩/	きな粉揚げパン (コッペパン・きな粉・三温糖・塩)
26水	軟飯 鶏とじやがいもの利休煮 中華風春雨サラダ	米/鶏肉/三温糖/本みりん/酒/じやがいも/にんじん/れんこん/板こんにゃく/いんげん(冷)/しょうゆ/だしがつお/こんぶ(だし用)/なたね油/すりごま/はるさめ/もやし/ハム/きゅうり/卵/三温糖/塩/なたね油/酢/三温糖/しょうゆ/ごま油/	りんごゼリー (りんご果汁・三温糖・アガー)
27木	ロールパン パンプキンシチュー キャベツ入りごぼうのマヨサラダ	ロールパン/鶏肉/かぼちゃ/にんじん/たまねぎ/グリンピース(冷)/牛乳/なたね油/バター/小麦粉/コンソメ/塩/ベーコン/ごぼう/三温糖/しょうゆ/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/しょうゆ/	焼きビーフン (ビーフン・豚肉・キャベツ・にんじん・ピーマン・たまねぎ・塩・なたね油・しょうゆ・中華だしの素)
28金	軟飯 千草卵 青菜ときのこのポン酢あえ 味噌汁	米/卵/豚ひき肉/たまねぎ/にんじん/干しひじき/葉ねぎ/干ししいたけ/なたね油/三温糖/酒/しょうゆ/ほれんそう/しゅんぎく/えのきたけ/しめじ/にんじん/ぽん酢/三温糖/絹ごし豆腐/はくさい/にんじん/わかめ(乾)/こんぶ(だし用)/だしがつお/味噌/	のり塩ポテト (じやがいも・なたね油・塩・青のり)
29土	スペゲッティナポリタン コールスローサラダ	スペゲティー/ベーコン/たまねぎ/ピーマン/しめじ/塩/ホールトマト缶/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/	
01月	軟飯 鮭の塩こうじ焼き ちゅるちゅるピーマン けんちん汁	米/さけ/塩こうじ/しらたき/豚肉/にんじん/ピーマン/白ごま/ごま油/酒/本みりん/三温糖/しょうゆ/鶏肉/木綿豆腐/だいこん/にんじん/ごぼう/葉ねぎ/だしがつお/こんぶ(だし用)/しょうゆ/片栗粉/	いちご蒸しパン (ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・いちごジャム)
02火	スタミナつとう丼(軟飯) 高野豆腐の卵とじ すまし汁	米/納豆/豚ひき肉/ながいも/たまねぎ/にんじん/葉ねぎ/しょうゆ/本みりん/三温糖/刻みのり/凍り豆腐/こまつな/卵/だしがつお/しょうゆ/三温糖/酒/はんぺん/たまねぎ/にんじん/わかめ(乾)/しょうゆ/塩/だしがつお/	マカロニきな粉 (マカロニ・きな粉・三温糖・塩)
03水	軟飯 肉じやが ほうれん草ともやしのナムル	米/鶏肉/三温糖/本みりん/酒/じやがいも/にんじん/白ねぎ/たまねぎ/糸こんにゃく/いんげん(冷)/しょうゆ/だしがつお/こんぶ(だし用)/ほうれんそう/大豆もやし/にんじん/ごま油/しょうゆ/白ごま/塩/	ポンデケージョ (ホットケーキ粉・白玉粉・粉チーズチーズ・牛乳・卵)
04木	ちゃんぽん 豚レバーの甘辛あえ 果物	ゆでちゃんぽん麺(冷)/豚肉/キャベツ/チンゲンサイ/もやし/かまぼこ/にんじん/コーン(冷)/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/	大根葉とツナのごはん (米・ツナ・大根葉・しょうゆ)
05金	軟飯 ブリカツ キャベツときゅうりのゴマ酢和え 豚汁	米/ぶり/塩/酒/小麦粉/卵/パン粉/なたね油/キャベツ/きゅうり/すりごま/しょうゆ/酢/三温糖/豚肉/油揚げ/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしがつお/味噌/	フルーツヨーグルト (ヨーグルト・りんご・バナナ・三温糖)
06土	エビピラフ(軟飯) ミルクスープ	米/えび(冷)/にんじん/コーン(冷)/たまねぎ/ピーマン/バター/塩/コンソメ/鶏肉/たまねぎ/にんじん/かぼちゃ/コンソメ/牛乳/塩/	