

※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
26月	親子丼風お粥 きゅうりのお浸し 味噌汁	米/鶏肉/たまねぎ/卵/片栗粉/だしあつお/しょうゆ/三温糖/きゅうり/だしあつお/しょうゆ/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしあつお/味噌/
27火	お粥 肉豆腐 青菜の和え物	米/豚肉/木綿豆腐/たまねぎ/にんじん/こんぶ(だし用)/だしあつお/しょうゆ/三温糖/ほうれんそう/にんじん/しょうゆ/三温糖/
28水	お粥 鮭の塩焼き ゆで野菜 味噌汁	米/さけ/塩/にんじん/油揚げ/はくさい/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしあつお/味噌/
29木	お粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツのサラダ	米/だいだい水煮/牛肉/たまねぎ/にんじん/ホールトマト/なたね油/だしあつお/味噌/三温糖/キャベツ/にんじん/三温糖/しょうゆ/
30金	ロールパン ミートオムレツ マカロニサラダ ミルクスープ	ロールパン/卵/豚ひき肉/たまねぎ/じゃがいも/塩/三温糖/しょうゆ/マカロニ/ツナ/にんじん/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/塩/はくさい/たまねぎ/にんじん/だしあつお/塩/牛乳/
31土	鶏そぼろ丼(お粥) スープ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/しょうゆ/三温糖/片栗粉/たまねぎ/にんじん/キャベツ/だしあつお/塩/
02月	お粥 鶏の照り焼き 切り干し大根の旨煮 わかめスープ	米/鶏肉/しょうゆ/本みりん/切り干したいこん/にんじん/だしあつお/しょうゆ/三温糖/塩/わかめ(乾)/キャベツ/たまねぎ/だしあつお/塩/
03火	たらのかば焼き丼(お粥) きゅうりのお浸し 味噌汁	米/たら/片栗粉/なたね油/三温糖/しょうゆ/本みりん/きゅうり/だしあつお/しょうゆ/はくさい/たまねぎ/こんぶ(だし用)/だしあつお/味噌/
04水	軟飯 鮭の味噌焼き ゆで野菜 すまし汁	米/さけ/味噌/本みりん/三温糖/酒/にんじん/絹ごし豆腐/たまねぎ/しょうゆ/塩/だしあつお/
05木	お粥 ささみチーズフライ 花野菜のサラダ スープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/粉チーズ/なたね油/塩/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/塩/かぼちゃ/たまねぎ/キャベツ/だしあつお/塩/
06金	お粥 肉じゃが ほうれん草のお浸し	米/牛肉/三温糖/じゃがいも/にんじん/たまねぎ/いんげん(冷)/しょうゆ/だしあつお/こんぶ(だし用)/なたね油/ほうれんそう/三温糖/しょうゆ/
07土	お粥のリゾット風 ミルクスープ	米/鶏肉/たまねぎ/にんじん/さつまいも/たまねぎ/にんじん/だしあつお/塩/牛乳/

※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。

なまえ ()

日付	献立名	材料名	おやつ
26月	親子丼(軟飯) きゅうりとじやこの酢の物 豚汁	米/鶏肉/高野豆腐/たまねぎ/みつば/卵/片栗粉/だしあつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/刻みのり/きゅうり/わかめ(乾)/チリメン/三温糖/酢/しょうゆ/すりごま/豚肉/油揚げ/にんじん/だいこん/さといも(冷)/葉ねぎ/だしあつお/味噌/	チーズパンケーキ
			(ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・チーズ)
27火	軟飯 肉豆腐 青菜ときのこのポン酢あえ	米/豚肉/木綿豆腐/干しこいたけ/たけのこ水煮/たまねぎ/にんじん/糸こんにゃく/こんぶ(だし用)/だしあつお/しょうゆ/本みりん/三温糖/酒/ほうれんそう/しゅんぎく/えのきたけ/しめじ/にんじん/ぽん酢/三温糖/	ショガートースト
			(食パン・マーガリン・グラニュー糖)
28水	軟飯 鮭のポテトマヨ焼き ちゅるちゅるピーマン 味噌汁	米/さけ/じやがいも/牛乳/バター/塩/マヨネーズ/パセリ粉/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/油揚げ/はくさい/たまねぎ/なめこ/こんぶ(だし用)/だしあつお/味噌/	牛乳寒天
			(牛乳・三温糖・寒天)
29木	軟飯 大豆と根菜のトマト煮 ツナわかめサラダ	米/だいす水煮/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/	オートミールクッキー
			(小麦粉・オートミール・三温糖・バター・卵)
30金	ロールパン カレーミートオムレツ マカロニサラダ ミルクスープ	ロールパン/卵/豚ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/ピーマン/じやがいも/カレールウ/ウスターソース/塩/三温糖/コンソメ/牛乳/マカロニ/ツナ/にんじん/きゅうり/キャベツ/マヨネーズ/塩/ベーコン/はくさい/たまねぎ/にんじん/なばな/コンソメ/塩/牛乳/	ふかしいも
			(さつまいも)
31土	ガパオライス(軟飯) スープ	米/鶏ひき肉/たまねぎ/赤ピーマン/黄ピーマン/ピーマン/中華だしの素/オイスターソース/三温糖/たまねぎ/にんじん/キャベツ/わかめ(乾)/コンソメ/塩/	
02月	軟飯 鶏の香味焼き カムカムサラダ わかめスープ	米/鶏肉/白ねぎ/しょうが/しょうゆ/本みりん/酒/ごま油/切り干しだいこん/にんじん/きゅうり/もやし/しょうゆ/三温糖/塩/ごま油/わかめ(乾)/キャベツ/たまねぎ/にら/鶏ガラスープ/塩/	フルーツヨーグルト
			(ヨーグルト・バナナ・デコポン・三温糖)
03火	たらのかば焼き丼(軟飯) きゅうりの酢の物 味噌汁	米/たら/片栗粉/なたね油/三温糖/しょうゆ/本みりん/刻みのり/すりごま/きゅうり/わかめ(乾)/三温糖/酢/しょうゆ/油揚げ/はくさい/たまねぎ/なめこ/こんぶ(だし用)/だしあつお/味噌/	黒糖きな粉豆
			(大豆水煮・黒糖・きな粉)
04水	軟飯 鮭の味噌焼き れんこんきんぴら すまし汁	米/さけ/味噌/本みりん/三温糖/酒/れんこん/牛肉/にんじん/なたね油/酒/本みりん/三温糖/しょうゆ/白ごま/絹ごし豆腐/たまねぎ/えのきたけ/なばな/しょうゆ/塩/だしあつお/	コーンフレーククッキー
			(小麦粉・バター・卵・三温糖・コーンフレーク・干しうど)
05木	軟飯 ささみチーズフライ 花野菜のアーリオオーリオ スープ	米/鶏ささみ/卵/小麦粉/パン粉/粉チーズ/なたね油/塩/カリフラワー/ブロッコリー/にんじん/ベーコン/にんにく/オリーブオイル/塩/かぼちゃ/たまねぎ/キャベツ/しめじ/コンソメ/塩/	お麩ラスク
			(切り麩・バター・三温糖)
06金	軟飯 肉じゃが ほうれん草の黄金マヨ和え	米/牛肉/三温糖/本みりん/酒/じやがいも/にんじん/たまねぎ/糸こんにゃく/いんげん(冷)/しょうゆ/だしあつお/こんぶ(だし用)/なたね油/ほうれんそう/卵/塩/三温糖/しょうゆ/マヨネーズ/	ブルーベリー蒸しパン
			(ホットケーキ粉・三温糖・牛乳・ブルーベリージャム)
07土	チキンライス(軟飯) ミルクスープ	米/バター/鶏肉/たまねぎ/にんじん/コーン(冷)/グリンピース(冷)/ケチャップ/塩/ベーコン/さつまいも/たまねぎ/にんじん/しめじ/コンソメ/塩/牛乳/	