

	4	19	5	18	6	20	7	21	24	
	火		水		木		金		月	
午前食	5倍粥	米	5倍粥	米	煮込みうどん	うどん ツナ だいこん にんじん 砂糖 醤油	5倍粥	米	5倍粥	米
	高野豆腐と野菜の煮物	高野豆腐 にんじん じゃがいも 砂糖・しょうゆ 片栗粉	ツナと野菜の煮物	ツナ にんじん たまねぎ 砂糖・しょうゆ 片栗粉	ひじき煮	ひじき にんじん 大豆 砂糖・しょうゆ	豆腐と野菜の煮物	豆腐 にんじん えのき 砂糖・しょうゆ	煮魚	白身魚 砂糖 しょうゆ 片栗粉
	切干の煮物	切干 にんじん 砂糖・しょうゆ	スティック野菜	にんじん 塩	煮びたし	ほうれんそう にんじん 醤油	味噌汁	ちんげんさい えのき 昆布 みそ	味噌汁	さつまいも 白菜 昆布 味噌
午後食	5倍粥	米	5倍粥	米	5倍粥	米	5倍粥	米	5倍粥	米
	鶏団子と野菜の煮物	とりひき たまねぎ にんじん 砂糖・しょうゆ 片栗粉	豆腐ステーキ	豆腐 油 しょうゆ あおのり	鶏そぼろ煮	とりひき だいこん ほうれんそう にんじん 砂糖 醤油 片栗 バナナ	煮魚と野菜の煮物	魚 にんじん ちんげんさい 砂糖・しょうゆ 片栗粉	鶏団子と野菜の煮物	鶏ひき にんじん 白菜 コーン 塩 片栗粉 さつまいも 砂糖
	粉ふきいも	じゃがいも あおのり 塩	切干煮	切干 にんじん 砂糖・しょうゆ	フルーツ		サラダ煮	にんじん きゅうり 塩	甘煮	
野菜スープ	たまねぎ にんじん じゃがいも 昆布 塩	野菜スープ	たまねぎ いんげん にんじん 昆布 塩	味噌汁	にんじん きぬさや だいこん 昆布 味噌	野菜スープ	わかめ たまねぎ ちんげんさい 昆布 塩	野菜スープ	えのき 白菜 コーン 昆布 塩	

後期食献立表

	11	25	12	26	13	17	27	14	28	31		
	火		水		木	月	木	金		月		
午前食	5倍粥	米	スティックパン		5倍粥	米	5倍粥	米	5倍粥	米		
	煮魚	鮭 砂糖・しょうゆ 片栗粉	ツナと野菜の煮物	ツナ にんじん ブロッコリー 塩	豆腐と野菜の煮物	豆腐 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉	高野豆腐と野菜の煮物	高野豆腐 にんじん たまねぎ 砂糖・しょうゆ 片栗粉	煮魚	白身魚 砂糖 醤油 片栗粉	魚と野菜の煮物	白身魚 にんじん だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉
	和え物	きゃべつ にんじん しめじ しょうゆ	サラダ煮	きゃべつ にんじん いんげん 塩	和え物	だいこん にんじん しょうゆ	和え物	小松菜 にんじん しょうゆ	サラダ煮	きゅうり コーン とまと 塩	和え物	白菜 にんじん 青のり しょうゆ
	味噌汁	きゃべつ 小松菜 えのき 昆布 味噌	野菜スープ	ブロッコリー コーン にんじん 昆布 塩	味噌汁	じゃがいも たまねぎ 昆布 みそ	味噌汁	ねぎ だいこん しめじ みそ 昆布	味噌汁	じゃがいも たまねぎ 法蓮草 みそ 昆布	味噌汁	じゃがいも にんじん ねぎ 味噌 昆布
午後食	5倍粥	米	5倍粥	米	スティックパン		5倍粥	米	5倍粥	米		
	豆腐と野菜の煮物	木綿豆腐 にんじん 小松菜 砂糖・しょうゆ 片栗粉	鶏団子と野菜の煮物	とりひき たまねぎ にんじん いんげん 砂糖 しょうゆ・片栗粉	豆腐ステーキ	豆腐 油 しょうゆ あおのり	魚と野菜の煮物	魚 だいこん にんじん はねぎ 砂糖・しょうゆ 片栗粉	鶏バーグ	鶏ひき たまねぎ あぶら 醤油	鶏団子と野菜の煮物	とりひき たまねぎ だいこん 砂糖・しょうゆ 片栗粉
	サラダ煮	きゃべつ にんじん 塩	ひじき煮	ひじき にんじん 砂糖 しょうゆ	フルーツ	煮りんご	フルーツ	りんご	サラダ煮	じゃがいも きゅうり コーン 塩	スティック野菜	にんじん 塩
	野菜スープ	小松菜 しめじ さつまいも 昆布 塩	味噌汁	きゃべつ 人参 いんげん みそ 昆布	野菜スープ	だいこん にんじん 昆布 塩	野菜スープ	小松菜 しめじ 昆布 塩	野菜スープ	たまねぎ 法蓮草・コーン 塩 昆布	野菜スープ	白菜 にんじん コーン 昆布 塩