

食事ごとにほうじ茶を提供します

2日(月)

献立	食品名	
うどんのくたくた煮 (鶏ひき肉・キャベツ・玉ねぎ)	うどん(乾)	15
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	鶏ひき肉	10
	たまねぎ	5
	キャベツ	5
	醤油	1.4
	にんじん	15
	水	15
し煮のだし	削り節(だし)	0.2
	みかん	10
果物	みかん	10
茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
野菜がゆ (青菜)	調製粉乳	0
	米	12
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	青菜	10
	醤油	0.6
鶏ひき肉と野菜のくず煮(キャベツ)	鶏ひき肉	10
	キャベツ	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
片栗粉	0.7	

3日(火)

献立	食品名	
7倍がゆ	米	9
	水	79
	鶏ひき肉	10
	ブロッコリー	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7
果物	りんご	10
	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
うどんのくたくた煮(さつまいも・玉ねぎ)	うどん(乾)	15
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	さつまいも	5
	たまねぎ	5
	醤油	1.4
	鶏ひき肉	10
	ブロッコリー	10
	水	10
鶏ひき肉と野菜のくず煮(ブロッコリー)	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7

4日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	15
	調製粉乳	9
	湯	70
	鶏ひき肉	10
	はくさい	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
果物	片栗粉	0.7
	バナナ	10
茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
おかかがゆ(白菜)	調製粉乳	0
	米	12
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	削り節	0.2
	はくさい	10
	醤油	0.6
	鶏ひき肉	10
	キャベツ	10
	たまねぎ	10
ず煮(キャベツ・玉ねぎ)	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7

5日(木)

献立	食品名	
7倍がゆ	米	9
	水	79
	じゃがいも	20
	にんじん	5
	たまねぎ	10
	米粉	2
	調製粉乳	3.9
	湯	30
	水	20
	みかん	10
果物	みかん	10
茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
そうめん(鶏肉・人参・白た)	調製粉乳	0
	そうめん(乾)	12
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	鶏肉	12
	にんじん	5
	はくさい	5
	醤油	1.4
	じゃがいも	15
だし煮のが	水	15
	削り節(だし)	0.2

食事ごとにほうじ茶を提供します

6日(金)

献立	食品名		
たみそ 煮(鶏ひきのくたく 参・白菜)	うどん(乾)	15	
	水	90	
	昆布(だし)	0.3	
	削り節(だし)	1.2	
	鶏ひき肉	10	
	にんじん	5	
	はくさい	5	
	みそ	1.6	
	りきゆう のゆう だう 煮	きゅうり	15
		水	15
削り節(だし)		0.2	
果物	バナナ	10	
茶	茶	0	
ミルク	調製粉乳	0	
野菜が ゆ ま 芋	調製粉乳	0	
	米	12	
	水	100	
	削り節(だし)	1.3	
	さつまいも	8	
	醤油	0.6	
	鶏肉と野菜のくず 煮(人参)	鶏ひき肉	10
にんじん		20	
水		10	
昆布(だし)		0.1	
削り節(だし)		0.1	
醤油		0.2	
片栗粉	0.7		

7日(土)

献立	食品名		
7倍がゆ 鶏肉と野菜のくず 煮(人参・キャベツ・玉ねぎ)	米	9	
	水	79	
	鶏肉	10	
	キャベツ	10	
	たまねぎ	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	
果物	みかん	10	
茶	茶	0	
ミルク	調製粉乳	0	
うどんのくたく 煮(人参)	調製粉乳	0	
	うどん(乾)	15	
	水	90	
	昆布(だし)	0.3	
	削り節(だし)	1.2	
	にんじん	10	
	醤油	1.4	
	ツナ缶と野菜のくず 煮(青菜)	ツナ缶(水煮)	12
		青菜	10
		水	10
昆布(だし)		0.1	
削り節(だし)		0.1	
醤油		0.2	
片栗粉	0.7		

9日(月)

献立	食品名	
7倍がゆ 豆腐と野菜のくず 煮(人参・青菜)	米	9
	水	79
	絹豆腐	30
	青菜	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7
果物	りんご	10
茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
パンが ゆ 煮(人参)	調製粉乳	0
	食パン	15
	調製粉乳	9
	湯	70
	ツナ缶(水煮)	12
	にんじん	20
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
片栗粉	0.7	

10日(火)

献立	食品名		
パンが ゆ 煮(鶏肉と野菜のくず 参)	食パン	15	
	調製粉乳	9	
	湯	70	
	鶏肉	10	
	にんじん	10	
	ブロッコリー	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
片栗粉	0.7		
果物	バナナ	10	
茶	茶	0	
ミルク	調製粉乳	0	
野菜が ゆ 煮(人参)	調製粉乳	0	
	米	12	
	水	100	
	削り節(だし)	1.3	
	たまねぎ	5	
	キャベツ	5	
	醤油	0.6	
	鶏肉と野菜のくず 煮(ブロッコリー)	鶏肉	10
		ブロッコリー	10
		水	10
昆布(だし)		0.1	
削り節(だし)		0.1	
醤油		0.2	
片栗粉	0.7		

食事ごとにほうじ茶を提供します

17日(火)

献立	食品名	
7倍がゆ	米	9
	水	79
白身魚と野菜のくず煮(人参・キャベツ)	かれい	13
	キャベツ	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7
	りんご	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
うどん(乾)のくず(さつま芋・たまねぎ)	うどん(乾)	15
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	さつまいも	5
	たまねぎ	5
	醤油	1.4
	ツナ缶(水煮)	12
	キャベツ	10
水と野菜のくず煮(キャベツ)	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7

18日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	15
	調製粉乳	9
鶏ひき肉と野菜のくず煮(人参・白菜)	湯	70
	鶏ひき肉	10
	はくさい	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7
	バナナ	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
おかか(がゆ)のくず(白菜)	米	12
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	削り節	0.2
	はくさい	10
	醤油	0.6
	鶏ひき肉	10
	キャベツ	10
	たまねぎ	10
	水	10
水と野菜のくず煮(キャベツ・玉ねぎ)	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7

19日(木)

献立	食品名	
7倍がゆ	米	9
	水	79
じゃがいも・人参・玉ねぎ・人参・白菜のくず煮(人参・玉ねぎ)	じゃがいも	20
	にんじん	5
	たまねぎ	10
	米粉	2
	調製粉乳	3.9
	湯	30
	水	20
	みかん	10
	茶	0
	ミルク	調製粉乳
そうめん(乾)のくず(鶏肉・人参・白菜)	そうめん(乾)	12
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	鶏肉	12
	にんじん	5
	はくさい	5
	醤油	1.4
	じゃがいも	15
	水	15
削り節(だし)	0.2	

20日(金)

献立	食品名	
みそうどん(鶏ひき肉・人参・白菜)のくず煮	うどん(乾)	15
	水	90
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.2
	鶏ひき肉	10
	にんじん	5
	はくさい	5
	みそ	1.6
	きゅうり	15
	水	15
削り節(だし)	削り節(だし)	0.2
	バナナ	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
野菜がゆ(さつま芋)	調製粉乳	0
	米	12
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	さつまいも	8
	醤油	0.6
	鶏ひき肉	10
	にんじん	20
	水	10
	昆布(だし)	0.1
削り節(だし)	0.1	
醤油	0.2	
片栗粉	0.7	

食事ごとにほうじ茶を提供します

21日(土)

献立	食品名		
7倍がゆ	米	9	
	水	79	
(鶏肉と野菜のくず煮) (キャベツ・たまねぎ)	鶏肉	10	
	キャベツ	10	
	たまねぎ	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	
	果物	みかん	10
	茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0	
うどん(乾) 水 昆布(だし) 削り節(だし) にんじん 醤油 ツナ缶(水煮) 青菜 水 昆布(だし) 削り節(だし) 醤油 片栗粉	調製粉乳	0	
	うどん(乾)	15	
	水	90	
	昆布(だし)	0.3	
	削り節(だし)	1.2	
	にんじん	10	
	醤油	1.4	
	ツナ缶(水煮)	12	
	青菜	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
醤油	0.2		
片栗粉	0.7		

24日(火)

献立	食品名		
7倍がゆ	米	9	
	水	79	
(豆腐と野菜のくず煮) (人参・青菜)	絹豆腐	30	
	青菜	10	
	にんじん	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	
	果物	りんご	10
	茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0	
パンがゆ 湯 ツナ缶(水煮) にんじん 水 昆布(だし) 削り節(だし) 醤油 片栗粉	調製粉乳	0	
	食パン	15	
	調製粉乳	9	
	湯	70	
	ツナ缶(水煮)	12	
	にんじん	20	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	

25日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	15
	調製粉乳	9
(鶏肉と野菜のくず煮) (人参・青菜)	湯	70
	鶏肉	10
	にんじん	10
	ブロッコリー	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	醤油	0.2
	片栗粉	0.7
	果物	バナナ
茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
パンがゆ 野菜がゆ 湯 削り節(だし) たまねぎ キャベツ 醤油 鶏肉 ブロッコリー 水 昆布(だし) 削り節(だし) 醤油 片栗粉	調製粉乳	0
	食パン	15
	調製粉乳	9
	湯	70
	米	12
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	たまねぎ	5
	キャベツ	5
	醤油	0.6
	鶏肉	10
	ブロッコリー	10
水	10	
昆布(だし)	0.1	
削り節(だし)	0.1	
醤油	0.2	
片栗粉	0.7	

26日(木)

献立	食品名		
7倍がゆ	米	9	
	水	79	
(白身魚と野菜のくず煮) (人参・青菜)	かれい	13	
	青菜	10	
	にんじん	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	
	果物	みかん	10
	茶	茶	0
ミルク	調製粉乳	0	
パンがゆ 湯 鶏肉 青菜 にんじん 水 昆布(だし) 削り節(だし) 醤油 片栗粉	調製粉乳	0	
	食パン	15	
	調製粉乳	9	
	湯	70	
	鶏肉	10	
	青菜	10	
	にんじん	10	
	水	10	
	昆布(だし)	0.1	
	削り節(だし)	0.1	
	醤油	0.2	
	片栗粉	0.7	

食事ごとにほうじ茶を提供します

2日(月)

献立	食品名	
(鶏ひき肉うどん キャベツ・玉ねぎ)	うどん(乾)	20
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	鶏ひき肉	10
	たまねぎ	5
	キャベツ	10
	醤油	2.1
にんじんのだし	にんじん	15
	水	15
	削り節(だし)	0.2
みかん	10	
茶	0	
調製粉乳	0	
ミルク	0	
鶏そぼろがゆ(青菜)	米	18
	水	110
	削り節(だし)	1.5
	鶏ひき肉	6
	青菜	6
	醤油	0.9
	上白糖	0.3

3日(火)

献立	食品名	
わかめがゆ	米	13
	水	79
	乾燥わかめ	0.2
(すまし汁 玉ねぎ)	水	80
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	たまねぎ	10
	醤油	1.5
	豚ひき肉	15
	にんじん	10
	ブロッコリー	10
煮豚(ブロッコリーと野菜の参)	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	上白糖	0.5
	醤油	0.6
	片栗粉	0.8
	りんご	10
	茶	0
	調製粉乳	0
	調製粉乳	0
野菜うどん(さつま芋・玉ねぎ)	うどん(乾)	20
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	さつま芋	10
	たまねぎ	5
	醤油	2.1

4日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	20
	調製粉乳	7.8
	湯	60
(すまし汁 玉ねぎ)	水	80
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	たまねぎ	10
	醤油	1.5
	はくさい	10
	上白糖	0.6
	醤油	0.9
判焼き(豚ひき肉・玉ねぎ)	たまねぎ	5
	豚ひき肉	15
	パン粉	2
	油	0.1
	バナナ	10
	茶	0
	調製粉乳	0
	調製粉乳	0
	ミルク	0
	調製粉乳	0
おかかがゆ(にんじん・白菜)	米	18
	水	110
	削り節(だし)	1
	削り節	1.5
	はくさい	10
	にんじん	5
	醤油	1

5日(木)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
	豚肉	10
じゃがいも芋・人参・肉・玉ねぎ)	じゃがいも	25
	にんじん	5
	たまねぎ	10
	米粉	3
	調製粉乳	5.2
	湯	40
	水	20
	青菜	20
青菜の煮	水	15
	削り節(だし)	0.2
	醤油	0.4
みかん	10	
茶	0	
調製粉乳	0	
ミルク	0	
にゅうめん(鶏肉・人参・白菜)	調製粉乳	0
	そうめん(乾)	15
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	鶏肉	10
	にんじん	5
はくさい	10	
醤油	2.1	

食事ごとにほうじ茶を提供します

17日(火)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
	水	80
(すまし汁 玉ねぎ)	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	たまねぎ	10
	醤油	1.5
	かれい	15
白身魚と野菜のくず煮 (人参・キャベツ)	キャベツ	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	上白糖	0.5
	醤油	0.6
	片栗粉	0.8
	りんご	10
	茶	0
ミルク	調製粉乳	0
野菜うどん(さつ ま芋・玉ねぎ)	うどん(乾)	20
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	さつまいも	10
	たまねぎ	5
	醤油	2.1

18日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	20
	調製粉乳	7.8
(すまし汁 玉ねぎ)	湯	60
	水	80
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	たまねぎ	10
	醤油	1.5
	はくさい	10
	上白糖	0.6
	醤油	0.9
	たまねぎ	5
白菜とひき肉の小 判焼き(豚ひき 肉・玉ねぎ)	豚ひき肉	15
	パン粉	2
	油	0.1
	バナナ	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
おなか がゆ(にん じん・白菜)	調製粉乳	0
	米	18
	水	110
	削り節(だし)	1
	削り節	1.5
	はくさい	10
	にんじん	5
醤油	1	

19日(木)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
じくやが りム煮 (芋・人参・ ねぎ)	豚肉	10
	じゃがいも	25
	にんじん	5
	たまねぎ	10
	米粉	3
	調製粉乳	5.2
	湯	40
	水	20
	青菜	20
	水	15
青菜の煮 浸し	削り節(だし)	0.2
	醤油	0.4
	みかん	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
ミルク にゅうめん (人参・白菜)	調製粉乳	0
	そうめん(乾)	15
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	鶏肉	10
	にんじん	5
はくさい	10	
醤油	2.1	

20日(金)

献立	食品名	
みそ 豚ひき肉うどん (人参・白菜)	うどん(乾)	20
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	豚ひき肉	10
	にんじん	5
	はくさい	10
	みそ	2.4
	きゅうり	15
	水	15
りきの 煮	削り節(だし)	0.2
	バナナ	10
茶	0	
ミルク	調製粉乳	0
野菜がゆ(さつ ま芋・人参)	調製粉乳	0
	米	18
	水	110
	削り節(だし)	1.5
	にんじん	5
さつまいも	10	
醤油	1	

食事ごとにほうじ茶を提供します

21日(土)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
	水	80
(すまし汁 (青菜))	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	青菜	10
	醤油	1.5
	鶏肉	15
(鶏肉と野菜のくず煮 (キャベツ・玉ねぎ))	たまねぎ	10
	キャベツ	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	上白糖	0.5
	醤油	0.6
	片栗粉	0.8
	果物	みかん 10
	茶	茶 0
ミルク	調製粉乳 0	
ミルク	調製粉乳 0	
野菜うどん(人参・青菜)	うどん(乾)	20
	水	100
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.3
	にんじん	5
	青菜	10
醤油	2.1	

24日(火)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
	水	80
すまし汁(長ねぎ・わかめ)	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	長ねぎ	5
	塩蔵わかめ	1
	醤油	1.5
和風麻婆豆腐(豚ひき肉・人参)	絹豆腐	25
	豚ひき肉	5
	にんじん	4
	水	10
	削り節(だし)	0.1
	上白糖	0.5
	醤油	0.5
	片栗粉	1.5
	果物	りんご 10
	茶	茶 0
ミルク	調製粉乳 0	
ミルク	調製粉乳 0	
パンがゆ	食パン	20
	調製粉乳	7.8
	湯	60
	にんじん	15
	水	15
削り節(だし)	0.2	

25日(水)

献立	食品名	
パンがゆ	食パン	20
	調製粉乳	7.8
	湯	60
すまし汁(玉ねぎ)	水	80
	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	たまねぎ	10
	醤油	1.5
	鶏肉	15
	ブロッコリー	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
削り節(だし)	0.1	
鶏肉と野菜のくず煮(人参・玉ねぎ)	上白糖	0.5
	醤油	0.6
	片栗粉	0.8
	果物	バナナ 10
	茶	茶 0
ミルク	調製粉乳 0	
ミルク	調製粉乳 0	
野菜がゆ(人参・玉ねぎ)	米	18
	水	110
	削り節(だし)	1.5
	キャベツ	10
	たまねぎ	5
	醤油	1

26日(木)

献立	食品名	
5倍がゆ	米	13
	水	79
	水	80
すまし汁(かぶ葉)	昆布(だし)	0.3
	削り節(だし)	1.1
	かぶ	5
	かぶ葉	5
	醤油	1.5
白身魚と野菜のくず煮(人参・青菜)	かれい	15
	青菜	10
	にんじん	10
	水	10
	昆布(だし)	0.1
	削り節(だし)	0.1
	上白糖	0.5
	醤油	0.6
	片栗粉	0.8
	果物	みかん 10
茶	茶 0	
ミルク	調製粉乳 0	
ミルク	調製粉乳 0	
パンがゆ	食パン	20
	調製粉乳	7.8
	湯	60
	にんじん	15
	水	15
削り節(だし)	0.2	

食事ごとにほうじ茶を提供します

6日(金)

献立	食品名	
ジャージャーめん (豚ひき肉・チンゲン菜・長ねぎ)	生中華めん	30
	水	100
	削り節(だし)	1.3
	昆布(だし)	0.3
	塩	0.18
	醤油	4
	ごま油	0.5
	はくさい	6
	チンゲンサイ	6
	にんじん	5
	長ねぎ	3
	油	0.5
	にんにく	0.07
	しょうが	0.07
	豚ひき肉	18
	水	5
	上白糖	0.4
	みそ	0.5
	醤油	0.4
	片栗粉	0.4
	水	30
	さつまいも きゅうり (人参)	さつまいも
きゅうり		3
にんじん		3
果物	マヨドレ	3.6
	バナナ	15
茶	茶	0
野菜軟飯(さつ ま芋・人参)	茶	0
	米	25
	水	0
	削り節(だし)	0.8
	さつまいも	10
	にんじん	10
醤油	1.1	

7日(土)

献立	食品名		
鶏の照焼丼(玉ねぎ)	米	27	
	水	65	
	鶏肉	20	
	たまねぎ	6	
	油	0.4	
	水	6	
	削り節(だし)	0.08	
	上白糖	1	
	醤油	2	
	片栗粉	0.3	
	刻みのり	0.08	
	すまし汁(青菜・ えのき)	水	80
		昆布(だし)	0.3
		削り節(だし)	1.1
		えのきたけ	5
青菜		8	
醤油		0.6	
塩		0.2	
キャベツ (人参)		キャベツ	20
		にんじん	5
		水	15
果物	削り節(だし)	0.2	
	醤油	0.4	
茶	みかん	15	
茶	茶	0	
野菜うどん(人 参・青菜)	茶	0	
	うどん(乾)	25	
	水	110	
	昆布(だし)	0.4	
	削り節(だし)	1.5	
	にんじん	10	
	青菜	10	
醤油	2.3		

9日(月)

献立	食品名		
軟飯	米	27	
	水	65	
	わかめスープ(長ねぎ)	水	80
	削り節(だし)	1.1	
	昆布(だし)	0.3	
	塩蔵わかめ	2	
	長ねぎ	5	
	醤油	0.6	
	塩	0.2	
	こしょう	0	
	和風カレースープ(ウイ キ肉・人参)	木綿豆腐	30
		豚ひき肉	8
		にんじん	5
		水	10
		削り節(だし)	0.1
上白糖		1	
醤油		1	
片栗粉		2	
青菜とモヤ しの煮浸し		青菜	15
		もやし	5
	水	15	
果物	削り節(だし)	0.2	
	醤油	0.4	
茶	りんご	15	
茶	茶	0	
メロンパン	メロンパン	20	

10日(火)

献立	食品名		
ロールパン 和風カレースープ(ウイ キ肉・人参・キャベツ・ 玉ねぎ)	ロールパン	25	
	水	80	
	削り節(だし)	1.1	
	昆布(だし)	0.3	
	ウイキ肉・人参・キャベツ	3	
	たまねぎ	8	
	にんじん	5	
	キャベツ	10	
	醤油	0.6	
	塩	0.1	
	カレー粉	0.1	
	鶏のバーベキューソース煮	鶏肉	20
		塩	0.04
		こしょう	0
		片栗粉	1.6
油		1.2	
りんご		2.4	
上白糖		0.24	
酢		0.2	
醤油		0.8	
本みりん		0.4	
レモン汁	0.04		
ブロッコ リの煮	ブロッコリー	15	
	水	15	
	削り節(だし)	0.2	
果物	醤油	0.4	
	バナナ	15	
茶	茶	0	
野菜軟飯(キャ ベツ・玉ねぎ)	茶	0	
	米	25	
	水	0	
	削り節(だし)	0.8	
	たまねぎ	10	
	キャベツ	10	
醤油	1.1		

食事ごとにほうじ茶を提供します

21日(土)

献立	食品名		
鶏の照焼井(玉ねぎ)	米	27	
	水	75	
	鶏肉	20	
	たまねぎ	6	
	油	0.4	
	水	6	
	削り節(だし)	0.08	
	上白糖	1	
	醤油	2	
	片栗粉	0.3	
	刻みのり	0.08	
	すまし汁(青菜・えのき)	水	80
		昆布(だし)	0.3
削り節(だし)		1.1	
えのきたけ		5	
青菜		8	
醤油		0.6	
塩		0.2	
キャベツ(一色浸し)	キャベツ	20	
	にんじん	5	
	水	15	
	削り節(だし)	0.2	
果物	みかん	15	
	茶	0	
茶	茶	0	
野菜うどん(人参・青菜)	うどん(乾)	25	
	水	110	
	昆布(だし)	0.4	
	削り節(だし)	1.5	
	にんじん	10	
	青菜	10	
醤油	2.3		

24日(火)

献立	食品名		
わがめスープ(長ねぎ)	米	27	
	水	65	
	水	80	
	削り節(だし)	1.1	
	昆布(だし)	0.3	
	塩蔵わかめ	2	
	長ねぎ	5	
	醤油	0.6	
	塩	0.2	
	こしょう	0	
	和風麻婆豆腐(豚ひき肉・人参)	木綿豆腐	30
		豚ひき肉	8
		にんじん	5
水		10	
削り節(だし)		0.1	
上白糖		1	
醤油		1	
片栗粉		2	
青菜		15	
もやし		5	
しの煮浸し	水	15	
	削り節(だし)	0.2	
	醤油	0.4	
	りんご	15	
果物	茶	0	
茶	茶	0	
メロンパン	メロンパン	20	

25日(水)

献立	食品名		
ロールパン(和風カレースープ(ウインナー・人参・キャベツ・玉ねぎ))	ロールパン	25	
	水	80	
	削り節(だし)	1.1	
	昆布(だし)	0.3	
	ウインナーソーセージ	3	
	たまねぎ	8	
	にんじん	5	
	キャベツ	10	
	醤油	0.6	
	塩	0.1	
	カレー粉	0.1	
	鶏のバーベキューソース煮	鶏肉	20
		塩	0.04
こしょう		0	
片栗粉		1.6	
油		1.2	
りんご		2.4	
上白糖		0.24	
酢		0.2	
醤油		0.8	
本みりん		0.4	
レモン汁		0.04	
ブロッコリー		ブロッコリー	15
		水	15
	削り節(だし)	0.2	
	醤油	0.4	
果物	バナナ	15	
茶	茶	0	
野菜軟飯(人参・玉ねぎ)	茶	0	
	米	25	
	水	0	
	削り節(だし)	0.8	
	たまねぎ	10	
	キャベツ	10	
醤油	1.1		

26日(木)

献立	食品名		
すまし汁(かぶ・かぶ葉・鶏肉)	米	27	
	水	65	
	水	80	
	昆布(だし)	0.3	
	削り節(だし)	1.1	
	かぶ	10	
	かぶ葉	5	
	鶏肉	10	
	醤油	0.6	
	塩	0.2	
	鮭の塩焼き	さけ	20
		塩	0.05
		青菜	15
にんじん		5	
二色浸し(人参・青菜)	水	15	
	削り節(だし)	0.2	
	醤油	0.4	
	みかん	15	
果物	茶	0	
茶	茶	0	
手作りりんごジャム	食パン	40	
	りんご	30	
	上白糖	5	
	レモン汁	0.5	

食事ごとにほうじ茶を提供します

27日(金)

献立	食品名	
軟飯	米	27
	水	65
ぼみ ねちそ ぎゃ汁 (玉か)	水	80
	煮干し(だし)	1.3
	かぼちゃ	10
	たまねぎ	5
	みそ	1.9
鶏の 香り 焼き (長ね ぎ)	鶏肉	20
	長ねぎ	2
	しょうが	0.2
	酒	0.5
	上白糖	0.4
	醤油	1.2
	本みりん	0.4
	油	0.4
切干 人参 の煮 物(油 揚げ)	切干大根	4.8
	にんじん	2.4
	油揚げ	3
	油	0.9
	水	3.6
	削り節(だし)	0.06
果物	上白糖	1.4
	醤油	1.4
茶	さやいんげん	0.9
茶	バナナ	15
茶	茶	0
野菜 うどん 人参 (かぼ ちや)	茶	0
	うどん(乾)	25
	水	110
	昆布(だし)	0.4
	削り節(だし)	1.5
	かぼちゃ	10
	にんじん	10
	醤油	2.3

28日(土)

献立	食品名	
カレー うどん (豚肉 人参 玉ね ぎ)	うどん(乾)	25
	水	110
	削り節(だし)	1.5
	昆布(だし)	0.4
	油	0.7
	豚肉	20
	たまねぎ	28
	にんじん	14
	上白糖	0.3
	塩	0.2
	醤油	2
	本みりん	0.7
	カレー粉	0.14
	片栗粉	2
のキャ ベツ 煮浸 し	キャベツ	20
	水	15
	削り節(だし)	0.2
	醤油	0.4
果物	みかん	15
茶	茶	0
野菜 軟飯 (人参 キャベ ツ)	茶	0
	米	25
	水	0
	削り節(だし)	0.8
	にんじん	10
	キャベツ	10
	醤油	1.1