

日	曜	献立名	おやつ	主に血や肉になる	体の調子を整える	熱や力の元になる
2	月	ピーターラビットサラダ スープスパゲティ アサリの佃煮 バナナ	ミルク プリン	普通牛乳・脱脂粉乳・あさり・[ハム類]・[ベーコン類]	バナナ・キャベツ・たまねぎ・きゅうり・にんじん・スイートコーン・グリーンピース	カスタードプリン・じゃがいも・マカロニ・スパゲティ・マヨネーズ・車糖
3	火	豆腐ボール 棒三絲 白菜の味噌汁	ミルク お好み焼き	木綿豆腐・脱脂粉乳・鶏卵・麦みそ・(まぐろ類)・油揚げ・かたくちいわし	たまねぎ・はくさい・にんじん・だいこん・キャベツ・きゅうり・青ピーマン・わかめ	中力粉・調合油・じゃがいもでん粉・トマトケチャップ・はるさめ・パン粉・マヨネーズ・車糖・ごま油
4	水	もやしのナムル イタリアンスープ バナナ 魚のタルタルソースかけ	ミルク 菓子	脱脂粉乳・鶏卵・[ベーコン類]・かたくちいわし・プロセスチーズ	バナナ・たまねぎ・(もやし類)・キャベツ・きゅうり・にんじん・パセリ	小麦粉あられ・マヨネーズ・調合油・パン粉・ごま油・無発酵バター
5	木	ハンバーグ 野菜サラダ オーロラソース すまし汁	ミルク 芋天	脱脂粉乳・木綿豆腐・ぶたロース・うし・鶏卵・普通牛乳・[ハム類]・かたくちいわし	たまねぎ・キャベツ・にんじん・きゅうり・ほうれんそう・りんご・スイートコーン・こねぎ	さつまいも・トマトケチャップ・マヨネーズ・薄力粉・マカロニ・スパゲティ・調合油・パン粉・車糖
6	金	するめのかき揚げ きやべつのはちまこかつお トマトスープ	ミルク きな粉トースト	脱脂粉乳・鶏卵・するめ・しらす干し・だいず・削り節	キャベツ・(トマト類)・たまねぎ・にんじん・スイートコーン・ひじき	角形食パン・さつまいも・トマトケチャップ・調合油・薄力粉・黒蜜・車糖・マーガリン
7	土	ボークカレー ちくわの磯辺揚げ 大根の和風マヨネーズサラダ(大)	ミルク ココア蒸しケーキ	脱脂粉乳・焼き竹輪・普通牛乳・ぶたかたロース・鶏卵・削り節	だいこん・たまねぎ・にんじん・グリーンピース・こねぎ・あおのり	じゃがいも・さつまいも・薄力粉・調合油・車糖・マヨネーズ・中力粉・ごま油
9	月	竹輪のマヨネーズ焼き 鶏の中華和え 味噌シチュー	ミルク ドーナツ	脱脂粉乳・焼き竹輪・にわとり・むね・にわとり・もも・普通牛乳・麦みそ・鶏卵・かたくちいわし	(もやし類)・たまねぎ・赤色トマト・きゅうり・にんじん・グリーンピース・スイートコーン・パセリ	じゃがいも・プレミックス粉・車糖・調合油・はるさめ・無発酵バター・トマトケチャップ・マヨネーズ・中力粉・ごま油
10	火	豚肉と小松菜の胡麻和 けの汁 魚と野菜のマヨネーズ焼き	ミルク 揚げ たこ焼き	すけとうだら・脱脂粉乳・ぶたかた・麦みそ・鶏卵・凍り豆腐・油揚げ・かたくちいわし	こまつな・だいこん・にんじん・ほうれんそう・ごぼう・こねぎ・あおのり	マヨネーズ・調合油・車糖・ごま
11	水	野菜カレーうどん ジャーマンポテト ほうれん草の変わり胡麻和え	ミルク りんごゼリー	脱脂粉乳・[ベーコン類]	ほうれんそう・たまねぎ・キャベツ・にんじん・しいたけ・こねぎ・しょうが	うどん・じゃがいも・りんごゼリー・こんにやく・マヨネーズ・ごま・車糖
12	木	肉団子の甘酢あんかけ キャベツのカレーマヨ和え ニラと豆腐のかき玉汁 バナナ	ミルク フレンチトースト	木綿豆腐・普通牛乳・脱脂粉乳・鶏卵・うずら卵・かたくちいわし	バナナ・キャベツ・にんじん・たけのこ・たまねぎ・きゅうり・えのきたけ・青ピーマン・にら	角形食パン・車糖・マヨネーズ・じゃがいもでん粉・マーガリン・調合油
13	金	豚のしょうが焼き ほうれん草とコーンのソテー みぞれ汁 みかん	ミルク 大学芋	ぶたかた・脱脂粉乳・[ベーコン類]・油揚げ・かたくちいわし	うんしゅうみかん・だいこん・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・スイートコーン・こねぎ・しょうが	さつまいも・こんにやく・車糖・調合油
14	土	ココット蒸し ブロッコリー炒め 団子汁	ミルク 焼きおにぎり	鶏卵・脱脂粉乳・にわとり・もも・ぶたかたロース・蒸しかまぼこ・[ハム類]・かたくちいわし・油揚げ	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・スイートコーン・こねぎ・しいたけ	こめ・中力粉・トマトケチャップ・ごま油・ごま・無発酵バター
16	月	親子うどん 炒めなます 玉子入り春雨ソテー バナナ	ミルク パインケーキ	鶏卵・脱脂粉乳・にわとり・もも・さつま揚げ・蒸しかまぼこ・かたくちいわし・普通牛乳	バナナ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・パインアップル・切干しだいこん・こねぎ	うどん・薄力粉・車糖・マーガリン・はるさめ・調合油・ごま油・ごま
17	火	チキンカツカレー 春雨サラダ バナナ	ミルク ジャムサンド	にわとり・ささみ・脱脂粉乳・[ハム類]・鶏卵	バナナ・たまねぎ・(もやし類)・きゅうり・にんじん・いちご・グリーンピース	角形食パン・じゃがいも・調合油・マヨネーズ・はるさめ・中力粉・パン粉
18	水	もちつき用餅	ミルク 揚げえびせん	脱脂粉乳・だいず		えびせん・調合油・こめ・車糖
19	木	ちくわの肉詰め 酢の物 豆腐の味噌汁	ミルク ココアボール	脱脂粉乳・木綿豆腐・焼き竹輪・麦みそ・にわとり・ひき肉・かたくちいわし・油揚げ・ホイップクリーム・鶏卵	キャベツ・にんじん・きゅうり・(もやし類)・たまねぎ・わかめ	さつまいも・中力粉・調合油・無発酵バター・車糖
20	金	魚のフリッター 野菜サラダ(ドレッシング) 春雨スープ	ミルク 丸ぼーろ	まだら・脱脂粉乳・鶏卵・[ベーコン類]・[ハム類]・かたくちいわし	キャベツ・きゅうり・たまねぎ・にんじん・スイートコーン・パセリ・しいたけ	薄力粉・車糖・中力粉・調合油・はるさめ
21	土					
23	月	チャンポン 納豆和え レバーサラダ バナナ	ミルク 肉まん	脱脂粉乳・挽きわり納豆・ぶた・肝臓・ぶたかた・蒸しかまぼこ・かつお節	キャベツ・バナナ・たかな・たまねぎ・きゅうり・にんじん・にんにく・しょうが・こねぎ	まんじゅう・中華めん・じゃがいもでん粉・調合油・車糖
24	火	エビと枝豆の天 スパゲティサラダ(カレー) イタリアンスープ	ミルク うどんおかき	脱脂粉乳・大正えび・鶏卵・[ベーコン類]・かたくちいわし・プロセスチーズ	キャベツ・たまねぎ・きゅうり・にんじん・えだまめ	うどん・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・調合油・中力粉・パン粉・無発酵バター
25	水	オーロラソース ジュース ミニハンバーグ チキンゲットミニ フレンチポテト	ミルク カップケーキ	乳飲料・にわとり・ひき肉・脱脂粉乳・ぶたロース・鶏卵・うし・普通牛乳・木綿豆腐・クリーム	りんご・たまねぎ・にんじん	じゃがいも・トマトケチャップ・薄力粉・車糖・マカロニ・スパゲティ・調合油・マーガリン・マヨネーズ・パン粉・じゃがいもでん粉
26	木	魚の千草揚げ ブロッコリーのおかか和え かぼちゃの野菜汁	ミルク マカロニアベ川	まさば・脱脂粉乳・油揚げ・鶏卵・だいず・かたくちいわし・削り節	たまねぎ・ブロッコリー・日本かぼちゃ・(もやし類)・にんじん・青ピーマン・こねぎ	さつまいも・マカロニ・スパゲティ・中力粉・調合油・車糖
27	金	ボークカレー スパゲティサラダ(ほうれん草入り) みかん	ミルク 甘辛せんべい	脱脂粉乳・ぶたかたロース	うんしゅうみかん・キャベツ・たまねぎ・にんじん・赤色トマト・ほうれんそう・グリーンピース	じゃがいも・米菓・さつまいも・マヨネーズ・マカロニ・スパゲティ・調合油
28	土	イタリアンオムレツ 小松菜の白和え ワンタンスープ	ミルク ぶどうゼリー	木綿豆腐・鶏卵・脱脂粉乳・ぶたかた・[ベーコン類]・普通牛乳	たまねぎ・こまつな・(もやし類)・にんじん・赤色トマト・にら・グリーンピース・しいたけ	ぶどうゼリー・じゃがいも・ぎょうざの皮・トマトケチャップ・調合油・ごま・車糖