

| 日曜 | 献立 | 材料名 |
|-----|--|---|
| 2月 | ドライカレーライス | 米、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、レーズン、油、カレー粉、洋風だしの素、ケチャップ、ソース、米粉 |
| | コールスローサラダ オレンジ 牛乳(ミルク) シュガーパン | キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 オレンジ ロールパン、油、砂糖 |
| 3火 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 鶏肉とさつま芋のレモン煮 きゃべつのみそ汁 牛乳(ミルク) バナナ | 鶏肉、さつまいも、酢、レモン、しょうゆ、砂糖、水 キャベツ、たまねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、だし汁、みそ バナナ |
| 4水 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | はまちの揚げ煮 ゆかり和え ふのすまし汁 牛乳(ミルク) ベビーせんべい | はまち、塩、片栗粉、油、だし汁、しょうゆ、砂糖、酢 キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ふりかけ たまねぎ、にんじん、わかめ、麩、ねぎ、だし汁、しょうゆ ベビーせんべい |
| 5木 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 焼きビーフン 豆腐スープ ぶどう 鶏そぼろおにぎり | ビーフン、豚肉、たまねぎ、キャベツ、にんじん、ピーマン、油、中華だしの素、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、もやし、にら、中華だしの素、水 ぶどう 米、鶏ひき肉、しょうゆ、酒、あおのり |
| 6金 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 厚揚げの中華煮 レモンサラダ オレンジ 牛乳(ミルク) 米粉のチヂミ | 生揚げ、豚肉、油、たまねぎ、にんじん、もやし、にら、水、中華だしの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、砂糖 オレンジ にら、豚ひき肉、しらす干し、米粉、水、ごま油 |
| 10火 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 肉じゃが 即席漬け なし 牛乳(ミルク) バナナ | 牛肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、しょうゆ、砂糖、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、酢 なし バナナ |
| 11水 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | レバーとおさつものケチャップ煮 ちりめん和え バナナ フルーツヨーグルト | 鶏肉、鶏レバー、塩、片栗粉、さつまいも、油、水、ケチャップ、みりん ほうれんそう、キャベツ、にんじん、しらす干し、しょうゆ バナナ ヨーグルト、りんご、砂糖、バナナ、レーズン |
| 12木 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | あかうおのカレームニエル 拌三糸 野菜スープ 牛乳(ミルク) ミートサンド | あかうお、塩、カレー粉、米粉、油 ビーフン、キャベツ、きゅうり、もやし、にんじん、ハム、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 たまねぎ、キャベツ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉 食パン、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、片栗粉、水 |
| 13金 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 豚肉入り春雨サラダ みそ汁 牛乳(ミルク) なし | 豚肉、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油 たまねぎ、じゃがいも、わかめ、みそ、だし汁 なし |
| 16月 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ジャージャー麺 切り干しサラダ オレンジ 牛乳(ミルク) おにまんじゅう | 中華めん、豚ひき肉、ねぎ、しいたけ、たまねぎ、もやし、ごま油、水、にら、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、ハム、酢、しょうゆ、油、砂糖 オレンジ さつまいも、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、砂糖、水 |
| 17火 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | さばの煮付 たりじゃが ほうれんそうのみそ汁 ゆかりおにぎり | さば、砂糖、しょうゆ、だし汁 じゃがいも、油、しょうゆ、砂糖、みりん、水、マヨネーズ、パセリ粉 たまねぎ、ほうれんそう、油揚げ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ 米、ふりかけ |
| 18水 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 大豆とさつま芋の揚げ煮 シルバーサラダ わかめスープ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい | 大豆、さつまいも、たまねぎ、にんじん、米粉、片栗粉、塩、油、だし汁、しょうゆ はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、酢 わかめ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しいたけ、中華だしの素、水 ベビーせんべい |
| 19木 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | さわらのマヨネーズ焼き 人参の含め煮 沢煮椀 牛乳(ミルク) りんご | さわら、油、たまねぎ、マヨネーズ、パセリ粉 にんじん、砂糖、しょうゆ、だし汁 豚肉、たまねぎ、えのきたけ、にんじん、ねぎ、しいたけ、だし汁、しょうゆ りんご |
| 20金 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ひじきのさらさ炒め ポテトサラダ オレンジ 牛乳(ミルク) バナナ | ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ じゃがいも、ハム、きゅうり、にんじん、マヨネーズ オレンジ バナナ |
| 23月 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ビビンバ風あんかけ 春雨スープ バナナ 夕焼けご飯おにぎり | 豚ひき肉、ごま油、こまつな、もやし、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、しいたけ、水、中華だしの素 バナナ 米、にんじん、しょうゆ、酒、ごま油 |
| 24火 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 豚肉と切り干しの炒め煮 こまつなのツナ和え オレンジ 牛乳(ミルク) 蒸し芋 | 豚肉、生揚げ、切り干しだいこん、たまねぎ、にんじん、いんげん、油、だし汁、砂糖、しょうゆ こまつな、キャベツ、ツナ缶 オレンジ さつまいも |
| 25水 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | あかうおの揚げ煮 すまし汁 牛乳(ミルク) ふのラスク | あかうお、片栗粉、油、水、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ たまねぎ、豆腐、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ 麩、油、砂糖 |
| 26木 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ハンバーグ しょうゆフレンチ 金時煮豆 牛乳(ミルク) ベビーせんべい | 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、塩、油、ケチャップ、ソース、みりん キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 いんげんまめ、砂糖、しょうゆ ベビーせんべい |
| 27金 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ポークビーンズ ほうれん草のごま和え バナナ 牛乳(ミルク) 蒸し芋 | 豚肉、大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、洋風だしの素、塩、水、パセリ粉 ほうれんそう、もやし、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ バナナ さつまいも |
| 30月 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | 五目うどん 納豆みそ オレンジ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい | うどん、鶏肉、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、みりん、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖 オレンジ ベビーせんべい |
| 31火 | 軟飯~ご飯 | 米 |
| | ハロウィングラタン きのこスープ バナナ 牛乳(ミルク) ベビーせんべい | じゃがいも、かぼちゃ、豚ひき肉、油、たまねぎ、にんじん、水、洋風だしの素、ケチャップ、しょうゆ、米粉 しめじ、しいたけ、たまねぎ、にんじん、洋風だしの素、水、パセリ粉 バナナ ベビーせんべい |

※ 午前間の食時間には牛乳(ミルク)を飲みます。
 ※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
 ※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

~お茶や白湯で水分補給をしましょう~

お風呂上りや散歩の後など、のどの渇いている時には、お茶や白湯で水分補給をしましょう。