



日曜	献立	材料名
2月	全粥 鶏肉と野菜煮 コールスローサラダ煮 バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、水 バナナ
3火	全粥 あんかけ すまし汁	米 鶏ひき肉、にんじん、いんげん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、だし汁、しょうゆ
4水	全粥 鶏肉と豆腐煮 野菜煮 すまし汁	米 鶏ひき肉、豆腐、たまねぎ、だし汁、片栗粉 キャベツ、ブロッコリー、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
5木	全粥 赤魚と野菜のみそ風味 ふのすまし汁	米 あかうお、ほうれんそう、にんじん、だし汁、みそ、片栗粉 麩、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
6金	全粥 豆腐と野菜煮 野菜とりんご煮 オレンジ	米 豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、だし汁、砂糖、しょうゆ、米粉 りんご、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉 オレンジ
9月	全粥 シチュー サラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、いんげん、だし汁、豆乳、米粉、コーンスターチ キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、だし汁 バナナ
10火	全粥 鶏丼風あんかけ 野菜煮	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
11水	全粥 魚とさつまいも煮 野菜煮	米 あかうお、さつまいも、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉
12木	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
13金	全粥 けんちん煮 ブロッコリー煮	米 豆腐、鶏肉、だいこん、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、だし汁、しょうゆ、片栗粉
16月	全粥 野菜そうめん 納豆みそ バナナ	米 そうめん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、みそ、だし汁 バナナ
17火	全粥 あかうおと野菜煮 みそ汁	米 あかうお、じゃがいも、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ
18水	全粥 鶏肉と野菜煮 すまし汁	米 鶏肉、こまつな、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
19木	全粥 豆腐と野菜のみそ煮 野菜煮 オレンジ	米 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、みそ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
23月	全粥 じゃがじゃがいもと野菜煮 すまし汁	米 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、しょうゆ、だし汁、米粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
24火	全粥 厚揚げの吉野煮 野菜煮 オレンジ	米 生揚げ、鶏ひき肉、はくさい、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
25水	全粥 魚と野菜煮 野菜のすまし汁	米 あかうお、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、しょうゆ
26木	全粥 大根のそぼろ煮 ささみと野菜煮 オレンジ	米 だいこん、にんじん、ねぎ、鶏ひき肉、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ささ身、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オレンジ
27金	全粥 鶏肉と野菜煮 豆腐のすまし汁 バナナ	米 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だし汁、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ バナナ
30月	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツの香り煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、砂糖、だし汁、片栗粉 バナナ
31火	全粥（しらす干し） 高野豆腐の五目煮 オレンジ	米、しらす干し 凍り豆腐、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、だし汁、片栗粉 オレンジ

※ 午前午後の間食時間にはミルクを飲みます。

※ 使用食材は、できるだけその日までに、ご家庭で食べていただきますようお願いいたします。

※ 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。

1日2回食に進む頃には、主食、主菜(たんぱく質性食品)、副菜(野菜等)を組合せた食事にしませう。

高野豆腐は戻さずすりおろして使用すると、ふわふわした食べやす