

日/曜	献立名	材料名
1 (月)	軟飯 ハンバーグ 青梗菜のトロみ炒め	すまし汁 豚肉、鶏肉、たまねぎ、青梗菜、にんじん、えのきたけ、豆腐、だいこん、ねぎ
2 (火)	軟飯 さけの塩焼き ひじきとさつま芋の煮物	みそ汁 なし 鶏肉、しめじ、しいたけ、えのきたけ、にんじん、鮭、ひじき、さつまいも、豆腐、だいこん、青梗菜、なし
4 (木)	軟飯 豚肉と野菜の炒め物 蒸しかぼちゃ	すまし汁 オレンジ 豚肉、白菜、ねぎ、にんじん、しいたけ、かぼちゃ、豆腐、だいこん、オレンジ、さつまいも
5 (金)	軟飯 鶏肉の煮物 小松菜のしらすサラダ	スープ バナナ 鶏肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、ほうれん草、小松菜、キャベツ、シラス、バナナ
6 (土)		
8 (月)	軟飯 鶏肉のごまみそ焼き ひじきサラダ	みそ汁 鶏肉、ごま、ひじき、にんじん、きゅうり、コーン、だいこん、えのきたけ
9 (火)	軟飯 カジキの照り焼き 白和え	秋の豚汁 オレンジ カジキ、ほうれん草、にんじん、豆腐、ごま、豚肉、さつまいも、ごぼう、しいたけ、えのきたけ、ねぎ、オレンジ
10 (水)	軟飯 豚肉とたまねぎのソテー かぼちゃサラダ	みそ汁 豚肉、たまねぎ、かぼちゃ、きゅうり、コーン、キャベツ、えのきたけ、わかめ
11 (木)	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜炒め	きのこスープ りんご 鶏肉、豆腐、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン、えのきたけ、しめじ、りんご
12 (金)	軟飯 豚ひき肉の炒め物 ツナサラダ	バナナ 豚肉、たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、ツナ、バナナ
13 (土)		
15 (月)	軟飯 松風焼き じゃが芋きんぴら	みそ汁 鶏肉、豆腐、たまねぎ、ごま、青のり、じゃがいも、ごぼう、にんじん、だいこん、わかめ、さつまいも
16 (火)	軟飯 豚肉の煮物 キャベツのごまあえ	スープ みかん 豚肉、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、キャベツ、ほうれん草、ごま、みかん
17 (水)	軟飯 鶏肉と野菜のトマト煮 ブロッコリーのソテー	コーンスープ 鶏肉、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、トマト缶、ブロッコリー、コーン
18 (木)	軟飯 たらのおろし煮 ごぼうサラダ	みそ汁 たら、ごぼう、にんじん、だいこん、コーン、ツナ、ごま、豆腐、小松菜
19 (金)	軟飯 挽肉のトマト煮 ひじきとキャベツのサラダ	バナナ 豚肉、鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、ひじき、コーン、キャベツ、バナナ、トマト缶
20 (土)		
22 (月)	軟飯 鶏肉の照り焼き 青菜の納豆和え	豚汁 鶏肉、キャベツ、ほうれん草、にんじん、納豆、豚肉、だいこん、にんじん、ねぎ
24 (水)	軟飯 豚肉の炒め物 切り干し大根の旨煮	みそ汁 豚肉、もやし、にんじん、切り干し大根、にんじん、豆腐、わかめ、たまねぎ
25 (木)	御飯 さけのちゃんちゃん焼き 大根とツナのあえ物	みそ汁 オレンジ 鮭、キャベツ、にんじん、だいこん、きゅうり、コーン、ツナ、豆腐、小松菜、ねぎ、オレンジ
26 (金)	軟飯 豚肉の煮物 キャベツのサラダ	バナナ 豚肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、キャベツ、バナナ
27 (土)		
29 (月)	軟飯 豚肉と野菜炒め ほうれん草の和え物	スープ 豚肉、たまねぎ、ピーマン、にんじん、しめじ、ごま、ほうれん草、もやし、コーン
30 (火)	軟飯 たらと人参の煮物 ポテトサラダ	みそ汁 オレンジ たら、にんじん、じゃがいも、きゅうり、コーン、たまねぎ、もやし、わかめ、オレンジ

○献立は仕入れの都合により変更することがあります。