

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日					5	● 里芋ごはん ごはん 鶏もも肉 里芋 にんじん 油揚げ 小松菜(みじん切り) しょうゆ 砂糖 ● すまし汁 豆腐 にんじん ねぎ だし汁 しょうゆ ● にんじんスティック にんじん だし汁	● 里芋ごはん 軟飯 里芋 にんじん 小松菜(葉先) だし汁 しょうゆ 砂糖 ● すまし汁 豆腐 にんじん だし汁 しょうゆ	● 里芋入りおかゆ おかゆ 里芋 にんじん 小松菜(葉先) だし汁 ● すまし汁 豆腐 にんじん だし汁 しょうゆ
火曜日					6	● ごはん ● 豚肉と野菜のみそ煮 豚肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん ピーマン 赤みそ 砂糖 しょうゆ ● 春雨スープ 春雨 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 中華スープ	● 軟飯 ● 鶏肉と野菜のみそ煮 鶏ムネ肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん ピーマン チンゲン菜(葉先) 赤みそ 砂糖 片栗粉	● おかゆ ● 鶏肉と野菜のみそ煮 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん チンゲン菜(葉先) 赤みそ 砂糖 片栗粉
水曜日					7	● パン ● コーンシチュー 鶏もも肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん クリームコーン コーン グリーンピース 米粉 豆乳 コンソメ ● 野菜サラダ キャベツ きゅうり 酢 油 砂糖 塩	● パン ● コーンシチュー 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん クリームコーン 豆乳 コンソメ ● 野菜のコンソメ煮 キャベツ きゅうり コンソメ	● パン ● コーンシチュー 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん クリームコーン 豆乳 コンソメ
木曜日	1	● ごはん ● チキンのトマト煮 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 米粉 トマトピューレ ケチャップ コンソメ ● 野菜サラダ きゅうり(スライス) にんじん(スライス) コーン 酢 油 砂糖 塩	● 軟飯 ● チキンのトマト煮 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 米粉 トマトピューレ ケチャップ コンソメ ● きゅうりスティック きゅうり コンソメ	● おかゆ ● チキンのトマト煮 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 米粉 トマトピューレ コンソメ	8	● ごはん ● 煮魚 メルルーサ だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉 ● さつま芋のみそ汁 さつま芋 玉ねぎ 豆腐 ねぎ だし汁 ミックスみそ ● おひたし キャベツ もやし にんじん しょうゆ	● 軟飯 ● 煮魚 メルルーサ だし汁 しょうゆ 砂糖 片栗粉 ● さつま芋のみそ汁 さつま芋 玉ねぎ キャベツ 豆腐 だし汁 ミックスみそ	● おかゆ ● 煮魚 メルルーサ だし汁 片栗粉 ● さつま芋のみそ汁 さつま芋 玉ねぎ 豆腐 だし汁 ミックスみそ
金曜日	2	● ごはん ● 野菜かき揚げ さつま芋 玉ねぎ にんじん ピーマン にんじん 油 ● 呉汁 鶏もも肉 豆腐 大根 にんじん ねぎ 豆乳 ミックスみそ だし汁	● 軟飯 ● 呉汁 鶏ムネ肉 豆腐 大根 にんじん 豆乳 ミックスみそ だし汁 ● ふかしさつま芋	● おかゆ ● 呉汁 鶏ムネ肉 豆腐 大根 にんじん 豆乳 ミックスみそ だし汁 ● ふかしさつま芋	9	● ごはん ● 肉団子のスープ煮 〔鶏ミンチ 玉ねぎ 塩 片栗粉 〕 じゃがいも 玉ねぎ 人参 コンソメ ● バインサラダ バイン缶 きゅうり キャベツ 油 酢 塩	● 軟飯 ● 肉団子のスープ煮 〔鶏ミンチ 玉ねぎ 塩 片栗粉 〕 キャベツ じゃがいも 玉ねぎ 人参 コンソメ	● おかゆ ● 肉団子のスープ煮 〔鶏ミンチ 玉ねぎ 塩 片栗粉 〕 じゃがいも 玉ねぎ 人参 コンソメ
土曜日	3	● そぼろ丼 ごはん 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん グリーンピース だし汁 しょうゆ 砂糖 ● じゃが芋のみそ汁 じゃがいも 油揚げ ねぎ だし汁 赤みそ ● ひとくちゼリー	● そぼろ丼 ごはん 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ● じゃが芋のみそ汁 じゃがいも だし汁 赤みそ	● そぼろ丼 ごはん 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 砂糖 ● じゃが芋のみそ汁 じゃがいも だし汁 赤みそ	10	● ツナチャーハン ごはん ツナ水煮 玉ねぎ にんじん グリーンピース 中華スープ ● 豆腐の中華スープ 豆腐 玉ねぎ 小松菜 コーン 中華スープ 片栗粉	● こまツナごはん 軟飯 ツナ水煮 玉ねぎ にんじん 小松菜(葉先) 中華スープ ● 豆腐の中華スープ 豆腐 玉ねぎ 中華スープ	● こまツナがゆ おかゆ ツナ水煮 玉ねぎ にんじん 小松菜(葉先) 中華スープ ● 豆腐の中華スープ 豆腐 玉ねぎ 中華スープ

		完了期	後期	中期		完了期	後期	中期
月曜日	12	スポーツの日 	スポーツの日 	スポーツの日 	19	●ごはん ●和風ハンバーグ 〔豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 塩 しょうゆ 砂糖 だし汁 片栗粉 ●大根のみそ汁 大根 油あげ ねぎ だし汁 赤みそ ●野菜のごま和え もやし きゅうり にんじん しょうゆ すりごま	●軟飯 ●和風ハンバーグ 〔豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 塩 しょうゆ 砂糖 だし汁 片栗粉 ●大根のみそ汁 大根 にんじん だし汁 赤みそ	●おかゆ ●和風ハンバーグ 〔豆腐 鶏ミンチ 玉ねぎ 片栗粉 塩 だし汁 片栗粉 ●大根のみそ汁 大根 にんじん だし汁 赤みそ
		●ごはん ●肉じゃが 豚肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ グリーンピース 砂糖 しょうゆ ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 油揚げ ねぎ ミックスみそ だし汁	●軟飯 ●肉じゃが 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ 砂糖 しょうゆ ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 ミックスみそ だし汁	●おかゆ ●肉じゃが 鶏ムネ肉 じゃがいも にんじん 玉ねぎ だし汁 ●キャベツの味噌汁 キャベツ 豆腐 ミックスみそ だし汁		●ごはん ●鶏肉のから揚げ 鶏もも肉 しょうゆ 酒 生姜 片栗粉 油 ●オニオンスープ 玉ねぎ にんじん もやし コンソメ ●ゆでキャベツ キャベツ	●軟飯 ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ	●おかゆ ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ
		●チキンライス ごはん 鶏もも肉 玉ねぎ にんじん グリーンピース マッシュルーム コンソメ ケチャップ ●コーンスープ 玉ねぎ にんじん クリームコーン コーン コンソメ ●こふき芋 じゃがいも 塩	●チキンライス 軟飯 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん コンソメ ケチャップ ●コーンスープ じゃがいも 玉ねぎ にんじん クリームコーン コンソメ	●洋風おかゆ おかゆ 鶏ミンチ 玉ねぎ にんじん コンソメ ●コーンスープ じゃがいも 玉ねぎ にんじん クリームコーン コンソメ		●ごはん ●八宝菜 豚肉 玉ねぎ にんじん 白菜 チンゲン菜 むきえび 中華スープ しょうゆ 片栗粉 ●もやしのナムル もやし きゅうり にんじん 酢 ごま油 砂糖 しょうゆ	●軟飯 ●豆腐の中華スープ煮 豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜(葉先刻む) チンゲン菜(葉先刻む) 中華スープ 片栗粉 ●きゅうりスティック きゅうり 中華スープ	●おかゆ ●豆腐の中華スープ煮 豆腐 玉ねぎ にんじん 白菜(葉先刻む) チンゲン菜(葉先刻む) 中華スープ 片栗粉
		●ごはん ●揚げ魚の野菜あんかけ メルルーサ 片栗粉 油 玉ねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 中華スープ 片栗粉 ●もやしのスープ もやし にんじん ねぎ 中華スープ	●軟飯 ●煮魚 メルルーサ 中華スープ 片栗粉 ●スープ 玉ねぎ にんじん 中華スープ	●軟飯 ●煮魚 メルルーサ 中華スープ 片栗粉 ●スープ 玉ねぎ にんじん 中華スープ		●あんかけうどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん 油揚げ ねぎ だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●野菜のツナ和え もやし きゅうり ツナ水煮 酢 砂糖 しょうゆ ごま油 ●ヨーグルト	●あんかけうどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●ヨーグルト	●あんかけうどん 白玉うどん 鶏ムネ肉 にんじん だし汁 しょうゆ 片栗粉 ●ヨーグルト
		●ごはん ●マーボー豆腐 鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ にんじん ねぎ 椎茸(みじん切り) 赤みそ 砂糖 油 片栗粉 ●ブロッコリーの中華和え ブロッコリー もやし しょうゆ 酢 油 砂糖 すりごま	●軟飯 ●マーボー豆腐 鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ にんじん 赤みそ 砂糖 片栗粉 ●ゆでブロッコリー ブロッコリー	●おかゆ ●マーボー豆腐 鶏ミンチ 豆腐 玉ねぎ にんじん 赤みそ 砂糖 片栗粉 ●ゆでブロッコリー ブロッコリー		●ごはん ●煮魚 白身魚 だし汁 片栗粉 ●すまし汁 鶏もも肉 大根 にんじん 油揚げ ねぎ だし汁 しょうゆ ●里芋とかぼちゃの煮物 里芋 かぼちゃ 砂糖 しょうゆ	●軟飯 ●煮魚 白身魚 だし汁 片栗粉 ●野菜の煮物 大根 にんじん 里芋 かぼちゃ 砂糖 しょうゆ だし汁	●おかゆ ●煮魚 白身魚 だし汁 片栗粉 ●野菜の煮物 大根 にんじん 里芋 かぼちゃ 砂糖 しょうゆ だし汁
		●ごはん ●豆腐のとうとう煮 生揚げ(皮除く) 玉ねぎ 人参 チンゲン菜(葉先) しょうゆ 砂糖 片栗粉	●軟飯 ●豆腐のとうとう煮 生揚げ(皮除く) 玉ねぎ 人参 チンゲン菜(葉先) しょうゆ 砂糖 片栗粉	●おかゆ ●豆腐のとうとう煮 生揚げ(皮除く) 玉ねぎ 人参 チンゲン菜(葉先) しょうゆ 砂糖 片栗粉		●ごはん ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん コンソメ ●フレンチサラダ キャベツ きゅうり にんじん コーン 酢 砂糖 塩 油	●軟飯 ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ	●おかゆ ●チキンポトフ 鶏ムネ肉 じゃがいも 玉ねぎ にんじん キャベツ コンソメ

		完了期	後期	中期				
月曜日	26	●ごはん ●焼き肉 豚肉 玉ねぎ にんじん ピーマン しょうゆ 砂糖 油	●軟飯 ●お麴のとろとろ煮 お麴 豆腐 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 片栗粉	●おかゆ ●お麴のとろとろ煮 お麴 豆腐 玉ねぎ にんじん だし汁 しょうゆ 片栗粉				
火曜日	27	●ごはん ●あじのから揚げ あじ 片栗粉 油	●軟飯 ●玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ 豆腐 だし汁 ミックスみそ	●おかゆ ●玉ねぎのみそ汁 玉ねぎ にんじん キャベツ 豆腐 だし汁 ミックスみそ				
水曜日	28	●ごはん ●中華スープ 鶏もも肉 玉ねぎ にんじん 小松菜(葉先) ねぎ 中華スープ 片栗粉	●こまツナご飯 軟飯 小松菜(葉先) ツナ水煮 中華スープ	●こまツナがゆ おかゆ 小松菜(葉先) ツナ水煮 中華スープ				
木曜日	29	●ごはん ●鶏肉と野菜のみそ煮 鶏もも肉 大根 里芋 生揚げ(皮除く) 赤みそ 砂糖	●軟飯 ●豆腐のみそ煮 生揚げ(皮除く) 大根 里芋 にんじん 赤みそ 砂糖	●おかゆ ●豆腐のみそ煮 生揚げ(皮除く) 大根 里芋 にんじん 赤みそ 砂糖				
金曜日	30	●パン ●パンプキンシチュー 鶏もも肉 かぼちゃ かぼちゃペースト 玉ねぎ にんじん グリーンピース 豆乳 米粉 コンソメ	●パン ●パンプキンシチュー 鶏ムネ肉 かぼちゃ かぼちゃペースト 玉ねぎ にんじん 豆乳 コンソメ	●パン ●パンプキンシチュー 鶏ムネ肉 かぼちゃ かぼちゃペースト 玉ねぎ にんじん 豆乳 コンソメ				
土曜日	31	●鶏丼 ごはん 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ グリーンピース しょうゆ 砂糖	●鶏丼 ごはん 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ しょうゆ 砂糖	●鶏入りおかゆ おかゆ 鶏ムネ肉 にんじん 玉ねぎ だし汁				