

献 立 表

2018年06月

筑後二川保育園

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー	その他		
01 — 金 —	御飯 みそ汁(だいこん・ごぼう) さわらのホイル焼き 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ)	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト バターラスク	牛乳、さわら、おから、鶏ひき肉、米みそ、バター	食パン、三温糖、油、米	たまねぎ、だいこん、にんじん、えのきたけ、ごぼう、ねぎ、赤ピーマン、レモン果汁	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	328 kcal 18.7 g 12.8 g 176 mg
02 — 土 —	御飯 ドライカレー ごぼうときゅうりのサラダ	牛乳100 リッツ 牛乳130 ココナッツサブレ	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、ベーコン、粉チーズ	マヨネーズ、油、小麦粉、三温糖、米	たまねぎ、にんじん、ごぼう、きゅうり、コーン(冷凍)、ピーマン、干しぶどう、しょうが、にんにく	ケチャップ、ウスターソース、コンソメ、しょうゆ、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	431 kcal 15.3 g 25.3 g 195 mg
04 — 月 —	御飯 豚汁 鶏かつ チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ)	牛乳100 チーズ 牛乳130 簡単ピザ	牛乳、鶏もも肉、三角揚げ、米みそ、豚肉(肩ロース)、とろけるチーズ、ウインナー、卵、しらす干し	ぎょうざの皮、パン粉、板こんにゃく、油、小麦粉、三温糖、ごま油、米	チンゲンサイ、ミニトマト、キャベツ、ごぼう、たまねぎ、にんじん、ねぎ、パセリ	ケチャップ、酢、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	376 kcal 19.9 g 19.2 g 277 mg
05 — 火 —	御飯 豆腐みそ汁(にんじん・わかめ) さばのおろし煮 かぼちゃのサラダ(ハム)	牛乳100 ゼリー 牛乳130 おやつ・ツナス・ゲティ	牛乳、さば、木綿豆腐、ツナ油漬缶、ハム、米みそ、バター	スナゲティ、マヨネーズ、三温糖、オリーブ油、米	かぼちゃ、だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、コーン(冷凍)、ねぎ、マッシュルーム缶、しょうが、カットわかめ	酒、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	483 kcal 23.6 g 23.7 g 214 mg
06 — 水 —	御飯 中華スープ(チンゲン菜・じゃが) からあげの野菜あんかけ キャベツサラダ(きゅうり)	ヤクルト リッツ 飲むヨーグルト きな粉蒸しパン	牛乳、鶏むね肉、卵、バター、脱脂粉乳、きな粉	じゃがいも、小麦粉、三温糖、油、片栗粉、米	チンゲンサイ、キャベツ、もやし、たまねぎ、きゅうり、たけのこ、にんじん、ねぎ、しょうが、レモン果汁	鶏がらスープの素、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	395 kcal 20.2 g 15.6 g 245 mg
07 — 木 —	御飯 かき玉汁(五目) マーボー豆腐(キッズ) こまつなのおかか和え	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 どら焼き	牛乳、木綿豆腐、つぶしあん(砂糖添加)、卵、豚ひき肉、挽きわり納豆、かまぼこ、米みそ、かつお節	ホットケーキ粉、片栗粉、三温糖、油、米	オレンジ、こまつな、ねぎ、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	480 kcal 23.1 g 17.5 g 366 mg
08 — 金 —	御飯 みそ汁(わかめ・たまねぎ) 鮭ときのこのホイル焼き ほうれん草のごま和え(人参)	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト ココアブレッド	牛乳、さけ、米みそ、ごま、バター	小麦粉、マーガリン、三温糖、米	ほうれんそう、りんご、にんじん、たまねぎ、しめじ、えのきたけ、カットわかめ	しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	360 kcal 15.2 g 16.2 g 207 mg

献 立 表

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー	その他		
09	御飯 (中華どんぶり 土 はるさめスープ(チンゲン菜))	牛乳100 リッツ 牛乳130 カール	牛乳、豚肉(もも)、うずら 卵水煮缶、かまぼこ、ご ま	はるさめ、片栗粉、三温 糖、油、米	たまねぎ、キャベツ、チン ゲンサイ、たけのこ、にん じん、ピーマン、えのきた け、しょうが、干しいた け	しょうゆ、鶏がらスープ の素、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	269 kcal 12.8 g 12.3 g 190 mg
11	御飯 (みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 月 鶏肉の竜田揚げ) キャベツの香り揚げ(にんじん・ごま)	牛乳100 チーズ 牛乳130 ブラウニー	牛乳、鶏もも肉、卵、パタ ー、米みそ、脱脂粉乳、 ごま	小麦粉、三温糖、片栗 粉、油、はちみつ、米	バナナ、キャベツ、かぼ ちゃ、たまねぎ、ごぼう、 ねぎ、にんじん、マーマ レード、しょうが、レモン 果汁	しょうゆ、みりん、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	491 kcal 18.1 g 20 g 255 mg
12	御飯 (みそ汁(だいこん・なめこ) 火 真珠蒸し) ひじきの煮物(にんじん)	牛乳100 ゼリー 牛乳130 あげぱん(きな粉)	牛乳、豚ひき肉、木綿豆 腐、米みそ、油揚げ、き な粉、卵	ロールパン、もち米、油、 三温糖、片栗粉、パン粉 、グラニュー糖、ごま油、 米	だいこん、たまねぎ、に んじん、なめこ、ひじき、 干しいたけ、しょうが	しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	419 kcal 16.8 g 18.9 g 213 mg
13	御飯 (みそ汁(あさり) 水 白身魚のコーンフライ(カレー味)) はるさめサラダ	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト マドレーヌ	牛乳、たら、豆乳、卵、パ ター、米みそ、あさり、ア ーモンド(乾)	三温糖、小麦粉、コーン フレーク、はるさめ、米粉 、油、米	オレンジ、きゅうり、にん じん、ねぎ、カットわかめ	酢、食塩、カレー粉	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	486 kcal 17.9 g 20 g 205 mg
14	御飯 (みそ汁(こまつな・えのき) 木 筑前煮) ビーフンと野菜のソテー	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 豆腐団子	牛乳、木綿豆腐、鶏もも 肉、きな粉、米みそ	白玉粉、板こんにやく、 三温糖、ビーフン、油、 ごま油、米	にんじん、たまねぎ、ごま つな、れんこん、ごぼう、 えのきたけ、たけのこ、ピ ーマン、いんげん、ねぎ	しょうゆ、酒、みりん、コ ンソメ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	404 kcal 17.8 g 11.8 g 244 mg
15	御飯 (五目汁(鶏肉) 金 鮭の西京焼き) きゅうりの酢の物	牛乳100 チーズ お茶・麦茶 チキンライスおにぎり	さけ、鶏もも肉、木綿豆 腐、米みそ、しらす干し、 ごま	米、三温糖、油、ごま油	グレープフルーツ、きゅう り、たまねぎ、だいこん、 にんじん、ねぎ、カットわ かめ	ケチャップ、酢、しょうゆ 、みりん、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	370 kcal 21.7 g 7.6 g 94 mg
16	御飯 (ミートスパゲティ 土 ブルーベリーヨーグルト)	牛乳100 リッツ 牛乳130 黒糖みるく	牛乳、豚ひき肉、牛ひき 肉、粉チーズ	スパゲティ、油、三温 糖、小麦粉、米	たまねぎ、トマトピューレ 、ブルーベリージャム、 にんじん、にんにく	ケチャップ、ウスターソ ース、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	524 kcal 19.4 g 19.9 g 312 mg

献 立 表

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー	その他		
18	御飯 オレンジ みそ汁(キャベツ) 豆腐の野菜そぼろかけ(にんじん) ベイクドじゃが(あおのり)	牛乳100 チーズ 牛乳130 ツナパン	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、米みそ、卵、脱脂粉乳	じゃがいも、ホットケーキ粉、マヨネーズ、油、片栗粉、三温糖、米	オレンジ、こまつな、キャベツ、たまねぎ、にんじん、しょうが、カットわかめ、にんにく、パセリ、あおのり	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	452 kcal 20 g 23.4 g 351 mg
19	御飯 パイン缶 みそ汁(なす・玉ねぎ) 鶏肉と大豆の揚げ煮 きゅうりのごま和え	牛乳100 ゼリー 牛乳130 冷やしぜんざい	牛乳、ゆであずき缶、鶏もも肉、だいたず水煮缶詰、米みそ、ごま	さつまいも、白玉粉、片栗粉、油、三温糖、米	きゅうり、パイン缶、にんじん、ほうれんそう、なす、たまねぎ、ねぎ、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	442 kcal 17.9 g 11.9 g 230 mg
20	御飯 みそ汁(もやし・わかめ) 蒸し魚のあんかけ 切干し大根と里芋の旨煮	ヤクルトリッツ 飲むヨーグルト チーズケーキ	牛乳、メルルーサ、クリームチーズ、生クリーム、卵、米みそ、油揚げ	さといも(冷凍)、三温糖、小麦粉、油、片栗粉、米	にんじん、たまねぎ、もやし、いんげん、切り干しだいこん、レモン果汁、カットわかめ	しょうゆ、ケチャップ、酒、みりん、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	422 kcal 19.2 g 22.9 g 234 mg
21	御飯 バナナ 豆腐の旨煮 焼きししゃも ポテトサラダ(ハム)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 おやつ焼きそば	牛乳、木綿豆腐、豚肉(もも)、ししゃも、ハム、豚肉(肩)	じゃがいも、焼きそばめん、マヨネーズ、ごま油、片栗粉、油、米	バナナ、キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ねぎ、ピーマン	ウスターソース、酒、しょうゆ、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	486 kcal 22.4 g 22.8 g 284 mg
22	御飯 オレンジ コーンスープ(豆乳) ピーマンの細切り炒め きゅうりのゆかり和え	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト ミニアメリカンドッグ	牛乳、豚肉(もも)、豆乳、ウインナー、卵	ホットケーキ粉、油、三温糖、はるさめ、片栗粉、小麦粉、米	きゅうり、オレンジ、ピーマン、にんじん、クリームコーン缶、コーン(冷凍)、パセリ、黄ピーマン	しょうゆ、酒、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	424 kcal 17.9 g 19.9 g 207 mg
23	御飯 肉ラーメン オレンジヨーグルト	牛乳100 リッツ 牛乳130 パウムクーヘン	牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚ひき肉、米みそ	干し中華めん、三温糖、油、ごま油、片栗粉、米	みかん缶、ねぎ、コーン(冷凍)、にんじん、しょうが、にんにく	しょうゆ、鶏がらスープの素、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	489 kcal 17.4 g 17 g 260 mg
25	御飯 野菜スープ(キャベツ) 鶏つくねのあんかけ(ひじき) きんぴらごぼう(しらたき)	牛乳100 チーズ 牛乳130 チーズのボンデケーキ	牛乳、鶏ひき肉、ピザ用チーズ、ベーコン、ごま	ホットケーキ粉、しらたき、白玉粉、片栗粉、三温糖、ごま油、米	にんじん、たまねぎ、ごぼう、キャベツ、ひじき	しょうゆ、コンソメ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	379 kcal 18.3 g 17.5 g 310 mg

献 立 表

日 ／ 曜	献 立 名	10時おやつ		材料名(昼食・3時おやつ)				栄 養 価	
		3時おやつ	ストロング	パワー	ヘルシー	その他			
26	御飯 メロン （さつまいものスープ 火 肉豆腐(ひき肉) ） 小松菜のツナ和え	牛乳100 ゼリー 牛乳130 わらびもち	牛乳、焼き豆腐、豚ひき肉、ツナ油漬缶、ベーコン、脱脂粉乳、きな粉	さつまいも、わらび餅粉、三温糖、黒砂糖、米	メロン、こまつな、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ねぎ、えのきたけ、しょうが	しょうゆ、コンソメ、みりん、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	461 kcal 22.6 g 19.4 g 411 mg	
27	御飯 （豆腐みそ汁(里芋) 水 さわらの五目とろみ煮 ） キャベツのごまあえ(きゅうり)	ヤクルトリッツ お茶・麦茶 しそおにぎり	さわら、木綿豆腐、米みそ、ごま	米、さといも(冷凍)、片栗粉、油、三温糖	キャベツ、たまねぎ、きゅうり、にんじん、コーン(冷凍)、ピーマン、ねぎ、しょうが、カットわかめ	酢、しょうゆ、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	373 kcal 15.2 g 11.4 g 100 mg	
28	御飯 （みそ汁(油揚げ・わかめ) 木 畑のハンバーグ ） ぜん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	牛乳100 鉄ウエハース 牛乳130 ツナサンド	牛乳、豚ひき肉、だいたい水、煮缶詰、ツナ油漬缶、米みそ、油揚げ	食パン、フレンチドレッシング(分離型)、マヨネーズ、片栗粉、油、米	たまねぎ、キャベツ、きゅうり、だいこん、にんじん、カットわかめ	ケチャップ、ウスターソース、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	465 kcal 21.5 g 26.1 g 229 mg	
29	御飯 （中華スープ 金 揚げ豆腐の和風あんかけ ） キャベツの胡麻ネーズ和え	牛乳100 チーズ 飲むヨーグルト りんご寒天	木綿豆腐、牛乳、ちくわ、ごま	三温糖、片栗粉、マヨネーズ、油、米	りんご濃縮果汁、グレープフルーツ、キャベツ、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、チンゲンサイ、しょうが、かんとん、黒きくらげ	しょうゆ、鶏がらスープの素、酒、食塩	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	534 kcal 34.9 g 13 g 264 mg	
30	御飯 （カレーライス・夏 土 切り干し大根とひじきのサラダ ）	牛乳100 リッツ 牛乳130 アスパラガスビスケット	牛乳、豚肉(もも)、ベーコン	マヨネーズ、油、米	たまねぎ、なす、かぼちゃ、コーン(冷凍)、オクラ、切り干しだいこん、干しぶどう、ひじき	カレールー、ウスターソース、ケチャップ	エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	387 kcal 12.8 g 21.7 g 227 mg	
(エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	kcal g g mg	
(エネルギー たんぱく質 脂 質 カルシウム	kcal g g mg	

献立表

2018年06月

筑後二川保育園

日付	時間帯	離乳食12~18ヵ月	離乳食9~11ヵ月	離乳食7~8ヵ月	離乳食5~6ヶ月
01(金)	昼食	御飯 みそ汁(だいこん・ごぼう) さわらのホイル焼き 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ)	軟飯 みそ汁(だいこん・ごぼう) さわらのホイル焼き 卵の花(鶏ひき肉・ねぎ)	全粥 みそ汁(だいこん・ごぼう) 白身魚のあんかけ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(だいこん・にんじん)
02(土)	昼食	御飯 ドライカレー ごぼうときゅうりのサラダ	軟飯 ドライカレー ごぼうときゅうりのサラダ	全粥 カレー風煮	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじん)
04(月)	昼食	御飯 豚汁 鶏かつ チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ) ミニトマト	軟飯 豚汁 鶏かつ チンゲン菜のしらすサラダ(キャベツ) ミニトマト	全粥 みそ汁 煮豆腐 ゆで野菜(キャベツ) ミニトマト	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(にんじんキャベツ)
05(火)	昼食	御飯 豆腐みそ汁(にんじん・わかめ) さばのおろし煮 かぼちゃのサラダ(ハム)	軟飯 豆腐みそ汁(にんじん・わかめ) 白身魚のおろし煮 かぼちゃのサラダ(ハム)	全粥 豆腐みそ汁(にんじん・わかめ) 白身魚のおろし煮 かぼちゃのサラダ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(かぼちゃにんじん)
06(水)	昼食	御飯 中華スープ(チンゲン菜・じゃが) からあげの野菜あんかけ キャベツサラダ(きゅうり)	軟飯 中華スープ(チンゲン菜・じゃが) からあげの野菜あんかけ キャベツサラダ(きゅうり)	全粥 中華スープ(チンゲン菜・じゃが) 野菜の煮物	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじん玉ねぎ)
07(木)	昼食	御飯 かき玉汁(五目) マーボー豆腐(キッズ) こまつなのおかか和え オレンジ	軟飯 かき玉汁(五目) マーボー豆腐(キッズ) こまつなのおかか和え オレンジ	全粥 すまし汁 豆腐のみそ煮 こまつなのおかか和え オレンジ	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(こまつなにんじん)
08(金)	昼食	御飯 みそ汁(わかめ・たまねぎ) 鮭ときのこのホイル焼き ほうれん草のごま和え(人参) りんご	軟飯 みそ汁(わかめ・たまねぎ) 鮭ときのこのホイル焼き ほうれん草のごま和え(人参) りんご	全粥 みそ汁(わかめ・たまねぎ) 煮魚 煮びたし りんご	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(ほうれん草にんじん)
09(土)	昼食	御飯 中華どんぶり はるさめスープ(チンゲン菜)	軟飯 中華どんぶり はるさめスープ(チンゲン菜)	全粥 野菜の煮物 スープ	10倍粥 野菜のペースト(にんじんたまねぎ)
11(月)	昼食	御飯 みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 鶏肉の竜田揚げ キャベツの香り漬(にんじん・ごま) バナナ	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 鶏肉の竜田揚げ キャベツの香り漬(にんじん・ごま) バナナ	全粥 みそ汁(かぼちゃ・ごぼう) 野菜の煮物(キャベツにんじん) バナナ	10倍粥 野菜のペースト(かぼちゃにんじん)
12(火)	昼食	御飯 みそ汁(だいこん・なめこ) 真珠蒸し ひじきの煮物(にんじん)	軟飯 みそ汁(だいこん・なめこ) 真珠蒸し ひじきの煮物(にんじん)	全粥 みそ汁(だいこん・なめこ) 煮豆腐(にんじん)	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(だいこんにんじん)
13(水)	昼食	御飯 みそ汁 白身魚のコーンフライ(カレー味) はるさめサラダ オレンジ	軟飯 みそ汁 白身魚のコーンフライ(カレー味) はるさめサラダ オレンジ	全粥 みそ汁 白身魚の煮物 ゆで野菜(にんじん) オレンジ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(きゅうりにんじん)
14(木)	昼食	御飯 みそ汁(こまつな・えのき) 筑前煮 ピーマンと野菜のソテー	軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) 筑前煮 ピーマンと野菜のソテー	全粥 みそ汁(こまつな・えのき) 野菜の煮物	10倍粥 野菜のペースト(こまつなにんじん)
15(金)	昼食	御飯 五目汁(鶏肉) 鮭の西京焼き きゅうりの酢の物 グレープフルーツ	軟飯 五目汁(鶏肉) 鮭の西京焼き きゅうりの酢の物 グレープフルーツ	全粥 すまし汁 白身魚の煮物 ゆで野菜(きゅうりにんじん) グレープフルーツ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(だいこんにんじん)
16(土)	昼食	御飯 ミートスパゲティ ブルーベリーヨーグルト	軟飯 ミートスパゲティ ブルーベリーヨーグルト	全粥 野菜の煮物(じゃがいもにんじんたまねぎ) ブルーベリーヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(じゃがいもにんじんたまねぎ)
18(月)	昼食	御飯 みそ汁(キャベツ) 豆腐の野菜そぼろかけ(にんじん) ベイクドじゃが(あおのり) オレンジ	軟飯 みそ汁(キャベツ) 豆腐の野菜そぼろかけ(にんじん) ベイクドじゃが(あおのり) オレンジ	全粥 みそ汁(キャベツ) 豆腐の野菜そぼろ煮 ベイクドじゃが(あおのり) オレンジ	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(じゃがいもこまつな)
19(火)	昼食	御飯 みそ汁(なす・玉ねぎ) 鶏肉と大豆の揚げ煮 きゅうりのごま和え パイン缶	軟飯 みそ汁(なす・玉ねぎ) 鶏肉と大豆の揚げ煮 きゅうりのごま和え パイン缶	全粥 みそ汁(なす・玉ねぎ) 野菜の煮物 パイン缶	10倍粥 野菜のペースト(さつまいもなす)
20(水)	昼食	御飯 みそ汁(もやし・わかめ) 蒸し魚のあんかけ 切り干し大根と里芋の旨煮	軟飯 みそ汁(もやし・わかめ) 蒸し魚のあんかけ 切り干し大根と里芋の旨煮	全粥 みそ汁(もやし・わかめ) 蒸し魚のあんかけ 里芋の旨煮	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(にんじんたまねぎ)
21(木)	昼食	御飯 豆腐の旨煮 焼きししゃも ポテトサラダ(ハム) バナナ	軟飯 豆腐の旨煮 焼き魚 ポテトサラダ(ハム) バナナ	全粥 豆腐の旨煮 煮魚 ゆで野菜(じゃがいもにんじん) バナナ	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(じゃがいもにんじん)
22(金)	昼食	御飯 コーンスープ(豆乳) ピーマンの細切り炒め きゅうりのゆかり和え オレンジ	軟飯 コーンスープ(豆乳) ピーマンの細切り炒め きゅうりのゆかり和え オレンジ	全粥 コーンスープ(豆乳) 煮豆腐 ゆで野菜(じゃがいもにんじん) オレンジ	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(じゃがいもにんじん)
23(土)	昼食	御飯 肉ラーメン オレンジヨーグルト	軟飯 肉うどん オレンジヨーグルト	全粥 あんかけうどん オレンジヨーグルト	10倍粥 野菜のペースト(にんじんじゃがいも)
25(月)	昼食	御飯 野菜スープ(キャベツ) 鶏つくねのあんかけ(ひじき) きんぴらごぼう(しらたき)	軟飯 野菜スープ(キャベツ) 鶏つくねのあんかけ(ひじき) きんぴらごぼう(しらたき)	全粥 野菜スープ(キャベツ) 豆腐のあんかけ	10倍粥 野菜のペースト(キャベツにんじん)
26(火)	昼食	御飯 さつまいものスープ 肉豆腐(ひき肉) 小松菜のツナ和え メロン	軟飯 さつまいものスープ 肉豆腐(ひき肉) 小松菜のツナ和え メロン	全粥 さつまいものスープ 煮豆腐	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(さつまいもにんじん)
27(水)	昼食	御飯 豆腐みそ汁(里芋) さわらの五目とろみ煮 キャベツのごまあえ(きゅうり)	軟飯 豆腐みそ汁(里芋) 白身魚の五目とろみ煮 キャベツのごまあえ(きゅうり)	全粥 豆腐みそ汁(里芋) 白身魚の五目とろみ煮	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(にんじんたまねぎ)
28(木)	昼食	御飯 みそ汁(油揚げ・わかめ) 畑のハンバーグ せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 みそ汁(油揚げ・わかめ) 畑のハンバーグ せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	全粥 みそ汁(油揚げ・わかめ) 煮魚 せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり)	10倍粥 白身魚のすり流し 野菜のペースト(キャベツ・人参)
29(金)	昼食	御飯 中華スープ 揚げ豆腐の和風あんかけ キャベツの胡麻ネーズ和え グレープフルーツ	軟飯 中華スープ 揚げ豆腐の和風あんかけ キャベツの胡麻ネーズ和え グレープフルーツ	全粥 中華スープ 豆腐のあんかけ グレープフルーツ	10倍粥 豆腐のすり流し 野菜のペースト(にんじんキャベツ)
30(土)	昼食	御飯 カレーライス・夏 切り干し大根とひじきのサラダ	軟飯 カレーライス・夏 切り干し大根とひじきのサラダ	全粥 野菜の煮物	10倍粥 野菜のペースト(かぼちゃじゃがいも)