



# 献立表



## 《給食目標》

- ・清潔に心がけましょう
- ・食事の前は必ず手を洗いましょう

| 日  | 曜 | 献立名                             |
|----|---|---------------------------------|
| 1  | 月 | ポークカレー イカ入りサラダ 牛乳 福神漬け ゼリー      |
| 2  | 火 | ウインナーの甘辛煮 スパゲティサラダ ワンタンスープ メロン  |
| 3  | 水 | 鮭の黄金焼き 磯香和え ワカメのみそ汁 オレンジ        |
| 4  | 木 | ササミチャップ マカロニサラダ オクラスープ ゼリー      |
| 5  | 金 | 甘辛チキン ナムル マーボー豆腐 デザート           |
| 6  | 土 | うどん汁 バナナ                        |
| 8  | 月 | 三色丼 カリフラワーのおかか和え じゃが芋のみそ汁 ゼリー   |
| 9  | 火 | チキンカレー粉焼き もやしとコーンのサラダ 野菜スープ ゼリー |
| 10 | 水 | しゅうまい 青椒肉絲 かきたま汁 キウイフルーツ        |
| 11 | 木 | 鶏肉とじゃが芋のみそソース和え カニと豆腐スープ ヨーグルト  |
| 12 | 金 | ホッケの塩焼き 野菜のごま和え 豚汁 ゼリー          |
| 13 | 土 | うどん汁 バナナ                        |
| 15 | 月 | ビビンバ カラフルサラダ 豆腐のみそ汁 クリーム和え      |
| 16 | 火 | 赤魚の揚げ煮 ブロッコリーのおかか和え すまし汁 ゼリー    |
| 17 | 水 | カレーうどん ちくわとツナのサラダ バナナ 野菜ジュース    |
| 18 | 木 | 鶏肉の照り焼き アスパラとベーコンのソテー ポトフ ゼリー   |
| 19 | 金 | ポテトサンドカツ 青じそサラダ きのこのスープ ゼリー     |
| 20 | 土 | うどん汁 バナナ                        |
| 22 | 月 | 親子丼 大根とツナのサラダ ふのみそ汁 ゼリー         |
| 23 | 火 | なすのミートグラタン 春雨スープ デザート           |
| 24 | 水 | タンドリーチキン 花野菜ソテー チンゲン菜のスープ オレンジ  |
| 25 | 木 | お楽しみ献立                          |
| 26 | 金 | 酢豚 五目スープ バナナ                    |
| 27 | 土 | うどん汁 バナナ                        |
| 29 | 月 | なすのピリ辛炒め 野菜チヂミ 若竹汁 オレンジ         |
| 30 | 火 | ハヤシライス 茹で野菜サラダ 牛乳 チーズ ゼリー       |

## 《お知らせ》

今月のお誕生会は25日(木)で、お楽しみ献立となっています。  
うみくみさん・ほしくみさん・うさぎくみさんはご飯はいりません。  
また、17日(水)もご飯はいりません。