

日付	献立	オ 料 名			(○は午後おやつ)	3時おやつ (2号のみ)	行事
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
02月	ごはん、鶏肉のチーズ焼き、栄養きんぴら、白菜と油揚げの味噌汁、ゴールドキウイ	米、砂糖、ごま油	鶏もも、〇スキムミルク、豚肉、合わせ味噌、チーズ、油揚げ	ゴールドキウイ、人参、白菜、糸こんにゃく、細切りごぼう、玉ねぎ、えのきたけ、ピーマン、ねぎ、すりこま	だし汁、濃口しょうゆ、酒、しょうが、にんにく	スキムミルク、クリームパン	
03火	麦ごはん、鮭の照り焼き、れんこんマヨネーズソテー、鶏五目汁、オレンジ	米、マヨネーズ、押麦、片栗粉、サラダ油	〇牛乳、鮭、豆腐、ベーコン（細切り）、鶏もも	れんこん、オレンジ、大根、人参、コーン、ごぼう、すりこま、ねぎ	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩	牛乳、サッポロポテト(つぶつぶベジ)	
04水	ロールパン、かぼちゃグラタン、豚しゃぶサラダ、ベーコンのコンソメスープ、バナナ、牛乳	〇米、ロールパン、マヨネーズ、砂糖	牛乳、牛乳、豚肉、ベーコン（細切り）、粉チーズ、牛乳	〇野菜ミックスジュース、パナップ、玉ねぎ、かぼちゃ、レタス、きゅうり、人参、コーン、練りこま、すりこま、ねぎ、〇味付けのり	ホワイトルウ、ブイヨン、濃口しょうゆ、塩・こしょう	野菜ジュース、わかめのりおにぎり	
05木	麦ごはん、鶏のごまから揚げ、春雨ソテー、ごぼうと厚揚げの味噌汁、パイナップル	米、はるさめ、片栗粉、押麦、てんぷら油、小麦粉、ごま油	鶏もも、揚げ豆腐、〇スキムミルク、豚肉、合わせ味噌、鶏卵、鶏もも	パイナップル、玉ねぎ、人参、もやし、ごぼう、コーン、にら、ごま、ねぎ、しょうが	だし汁、濃口しょうゆ、酒、食塩	スキムミルク、えびせん	
06金	収穫祭カレーライス、ハムと野菜の甘酢サラダ、フルーツヨーグルト(黄桃缶)	米、じゃがいも、砂糖、サラダ油	合挽き肉、ヨーグルト、〇スキムミルク、ロースハム、〇ホイップクリーム	玉ねぎ、黄桃缶、きゅうり、人参、〇みかん缶、レタス、りんご、ごま	カレールウ、りんご酢、薄口しょうゆ	ミルクココア、フルーツゼリー	収穫祭(カレー会)
07土	五目あんかけちゃんぽん、冷)ぎょうざ、パイン缶	ちゃんぽん麺、片栗粉、サラダ油	〇牛乳、豚肉、かまぼこ	パイン缶、玉ねぎ、もやし、キャベツ、人参、しいたけ、コーン、にんにく、しょうが	濃口しょうゆ、酒、鶏ガラスープの素、塩・こしょう	牛乳、野菜スナック	(1号)お休み
09月	ごはん、肉じゃが、ナムル風煮びたし(きゅうり)、むらくも汁、ゴールドキウイ	じゃがいも、米、〇ロールパン、〇バター、砂糖、〇砂糖、片栗粉、サラダ油、ごま油	牛肉、鶏卵、〇スキムミルク、油揚げ、〇きな粉	玉ねぎ、ゴールドキウイ、きゅうり、人参、もやし、しらたき、チンゲン菜	だし汁、濃口しょうゆ、りんご酢、酒、みりん、薄口しょうゆ、食塩、しょうが	スキムミルク、きなこサンド	
10火	麦ごはん、サバの味噌焼き、切干大根炒め煮、小松菜と油揚げの味噌汁、オレンジ	米、押麦、砂糖、小麦粉、サラダ油、ごま油	さば、〇牛乳、〇スキムミルク、合わせ味噌、油揚げ	〇黄桃缶、〇フルーチェ(いちご)、オレンジ、こまつな、人参、えのきたけ、切干大根、ごま	だし汁、みりん、濃口しょうゆ、酒	スキムミルク、フルーチェ(黄桃)	
11水	食パン8枚切、ミートローフ、かぼちゃとおいものチーズ入りサラダ、キャベツとベーコンのスープ、バナナ、牛乳	食パン、〇米、さつまいも、マヨネーズ、パン粉、サラダ油	牛乳、合挽き肉、鶏卵、牛乳、ロースハム、ベーコン（細切り）、サラダチーズ、牛乳	〇野菜ミックスジュース、パナップ、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ、人参、りんご、きゅうり、ピーマン、〇味付けのり、ねぎ	ケチャップ、ブイヨン、薄口しょうゆ、〇たまごふりかけ、食塩、ナツメグ	野菜ジュース、のりたまおにぎり	
12木	麦ごはん、煮魚、高野豆腐の卵とじ、のっぺい汁、みかん缶	米、里芋、押麦、砂糖、片栗粉	カラスカレイ、鶏卵、〇スキムミルク、鶏もも、高野豆腐	みかん缶、大根、人参、さやいんげん、こんにゃく、ごぼう、ねぎ、しょうが	だし汁、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、酒、食塩	スキムミルク、セサミビスケット	
13金	三色丼、こつぶがんも煮、ごぼうと小松菜の味噌汁、パイナップル	米、〇ホットケーキミックス、〇バター、砂糖、〇砂糖、サラダ油	鶏むき肉、鶏卵、冷)こつぶがんも、〇スキムミルク、合わせ味噌、〇牛乳、〇鶏卵、鶏もも	パイナップル、〇バナナ、人参、こまつな、玉ねぎ、ごぼう、いんげん	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酒、薄口しょうゆ	スキムミルク、バナナカップケーキ	
14土	クリームスパゲティ、ミートボール煮、黄桃缶	スパゲティ、砂糖、サラダ油	牛乳、〇牛乳、ベーコン（細切り）	黄桃缶、玉ねぎ、ほうれん草、しいたけ、人参、コーン	ホワイトルウ、ケチャップ、ウスターソース、ブイヨン、塩・こしょう	牛乳、バームクーヘン	(1号)お休み
16月	ごはん、豚肉のピカタ、ひじきの白和え、わかめと麩のすまし汁、オレンジ	米、〇食パン、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、おつゆ麩	〇牛乳、豚肉、豆腐、鶏卵、大豆水煮、〇チーズ、合わせ味噌	オレンジ、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく、人参、〇玉ねぎ、〇コーン、〇ピーマン、練りこま、すりこま、芽ひじき、ねぎ、わかめ	だし汁、〇ケチャップ、ケチャップ、酒、薄口しょうゆ、りんご酢、濃口しょうゆ、食塩、塩・こしょう	スキムミルク、ピザトースト	
17火	麦ごはん、えびのトマトソースかけ、マセドアンサラダ、キャベツのガラスープ、ゴールドキウイ	米、じゃがいも、マヨネーズ、押麦、砂糖、てんぷら油、片栗粉、ごま油	〇スキムミルク、大豆水煮、ロースハム、サラダチーズ	玉ねぎ、ゴールドキウイ、人参、キャベツ、きゅうり、ピーマン、ごま、ねぎ	ケチャップ、鶏ガラスープの素、薄口しょうゆ、酒、濃口しょうゆ、ウスターソース、ブイヨン	スキムミルク、ミルクもち	
18水	ロールパン、ポークビーンズ、チーズとちくわの野菜サラダ、バナナ、牛乳	じゃがいも、ロールパン、〇米、マヨネーズ、砂糖、サラダ油	牛乳、大豆水煮、豚肉、ちくわ、サラダチーズ、牛乳	〇野菜ミックスジュース、パナップ、玉ねぎ、トマト水煮、キャベツ、人参、きゅうり、コーン、〇味付けのり、〇ごま、すりこま	ケチャップ、濃口しょうゆ、ブイヨン、食塩、〇食塩	野菜ジュース、ごまのりおにぎり	
19木	グリーンピースごはん、豆腐和風ハンバーグ、野菜ソテー、田舎汁、すいか	米、パン粉、片栗粉、サラダ油	豆腐、豚むき肉、〇スキムミルク、ソーセージ、合わせ味噌、鶏卵、牛乳、鶏もも、油揚げ	すいか、玉ねぎ、キャベツ、人参、大根、かぼちゃ、〇黄桃缶、〇みかん缶、グリーンピース、コーン、ごぼう、ねぎ、こんぶ	だし汁、濃口しょうゆ、食塩、みりん、酒、塩・こしょう	ミルクココア、2色ゼリー(黄桃)	
20金	鮭ちらし寿司、白菜ごま和え、わかめとえのきの味噌汁、パイナップル	米、砂糖、〇ホットケーキミックス、〇てんぷら油、おつゆ麩	〇ソーセージ、揚げ豆腐、鮭、〇スキムミルク、合わせ味噌、錦糸卵	白菜、パイナップル、人参、えのきたけ、さやえんどう、ごぼう、練りこま、ごま、すりこま、ねぎ、わかめ、きざみのり、しいたけ、だし昆布	だし汁、りんご酢、濃口しょうゆ、〇ケチャップ、食塩、酒	スキムミルク、アメリカンドッグ	
21土	きつねうどん、きゅうりとカニカマのサラダ、みかん缶	ゆでうどん、マヨネーズ、砂糖	〇牛乳、油揚げ、かにかまぼこ	みかん缶、ほうれん草、きゅうり、玉ねぎ、人参、レタス、しいたけ、わかめ	だし汁、だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩、薄口しょうゆ	牛乳、マリービスケット	(1号)お休み
23月	ごはん、春雨と肉団子の野菜スープ煮、鶏レバーの甘辛煮、メロン	米、〇ロールパン、はるさめ、砂糖、〇バター	鶏レバー、〇スキムミルク	メロン、玉ねぎ、白菜、チンゲン菜、人参、〇いちごジャム、にら、にんにく、しいたけ	濃口しょうゆ、酒、みりん、薄口しょうゆ、中華味、鶏ガラスープの素、しょうが	スキムミルク、ジャムバターサンド	
24火	麦ごはん、赤魚の竜田揚げ、海そうサラダ、けんちん汁、ゴールドキウイ	米、里芋、〇片栗粉、片栗粉、押麦、〇砂糖、てんぷら油、砂糖、ごま油	赤魚、〇牛乳、〇スキムミルク、豆腐、豚肉、〇きな粉	ゴールドキウイ、もやし、大根、レタス、きゅうり、人参、ごぼう、わかめ、ねぎ	だし汁、濃口しょうゆ、りんご酢、食塩、酒、しょうが、〇食塩、みりん	スキムミルク、おにぎりせんべい	
25水	食パン8枚切、変わりローストチキン、キャベツときゅうりのごまサラダ、もやしスープ、バナナ、牛乳	食パン、〇米、マヨネーズ、砂糖	牛乳、鶏もも、ベーコン（細切り）、牛乳	〇野菜ミックスジュース、パナップ、キャベツ、もやし、きゅうり、人参、玉ねぎ、コーン、練りこま、すりこま、ねぎ、わかめ、〇味付けのり	濃口しょうゆ、ブイヨン、しょうが、ケチャップ、ウスターソース、酒、にんにく	野菜ジュース、若菜のりおにぎり	
26木	肉うどん、ちくわの天ぷら、さつまいもスティック、オレンジ	ゆでうどん、てんぷら粉、砂糖、てんぷら油、さつまいもスティック	牛肉、ちくわ、〇スキムミルク	玉ねぎ、オレンジ、〇バナナ、〇黄桃缶、〇みかん缶、〇パイン缶、しらたき、人参、〇キウイフルーツ、〇いちご、ねぎ、あおのり	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酒、食塩	スキムミルク、フルーツポンチ	
27金	タコライス、春雨中華サラダ、わかめのガラスープ、パイナップル	米、〇冷)白玉餅、はるさめ、砂糖、〇砂糖、サラダ油、ごま油	合挽き肉、〇スキムミルク、ロースハム、チーズ、錦糸卵、〇きな粉	玉ねぎ、パイナップル、レタス、トマト、きゅうり、人参、ごま、ねぎ、わかめ、すりこま	ケチャップ、ウスターソース、鶏ガラスープの素、濃口しょうゆ、りんご酢、カレー粉、〇食塩	スキムミルク、きなこだんご	
28土	五目ラーメン、冷)肉しゅうまい、フルーツヨーグルト(黄桃缶)	ゆでラーメン、砂糖、サラダ油	〇牛乳、牛乳、ヨーグルト、豚肉	黄桃缶、白菜、玉ねぎ、もやし、しいたけ、人参、コーン、ねぎ、にんにく	白濁、鶏ガラスープの素、塩・こしょう	牛乳、サッポロポテト(バーベQ)	(1号)お休み
30月	ごはん、筑前煮、茶わん蒸し、オレンジ	米、〇食パン、里芋、〇砂糖、砂糖、〇メーブルシロップ、〇バター、サラダ油	鶏卵、鶏もも肉、〇牛乳、〇スキムミルク、〇鶏卵	オレンジ、ごぼう、こんにゃく、人参、れんこん、だけのこと、しいたけ、みつば、しいたけ	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、薄口しょうゆ、食塩	スキムミルク、フレンチトースト	

日付	献立	材 料 名 (◎は10時おやつ ○は午後おやつ)				10時おやつ	3時おやつ
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料		
02月	ごはん、鶏肉のチーズ焼き、栄養きんぴら、白菜と油揚げの味噌汁、ゴールドキウイ、・五目納豆	米、砂糖、ごま油	鶏もも、○スキムミルク、豚肉、合わせ味噌、チーズ、油揚げ、納豆、◎牛乳、サラダチーズ	ゴールドキウイ、人参、白菜、糸こんにゃく、細切りごぼう、玉ねぎ、えのきたけ、ピーマン、ねぎ、すりこま、◎バナナ、きゅうり、きざみのり	だし汁、濃口しょうゆ、酒、しょうが、にんにく	・牛乳50、・バナナ	スキムミルク、クリームパン
03火	麦ごはん、鮭の照り焼き、れんこんマヨネーズソテー、鶏五目汁、オレンジ、・茎わかめの炒め煮	米、マヨネーズ、押麦、片栗粉、サラダ油、砂糖	○牛乳、鮭、豆腐、ベーコン（細切り）、・鶏もも、◎牛乳、大豆	れんこん、オレンジ、大根、人参、コーン、ごぼう、すりこま、ねぎ、玉ねぎ、芽ひじき	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩、酒	・牛乳50、・動物ビスケット	牛乳、サッポロポテト(つぶつぶベジ)
04水	ロールパン、かぼちゃグラタン、豚しゃぶサラダ、ベーコンのコンソメスープ、バナナ、牛乳、・マッシュポテト	○米、ロールパン、マヨネーズ、砂糖、バター、じゃがいも	牛乳、牛乳、豚肉、ベーコン（細切り）、粉チーズ、牛乳、◎飲むヨーグルト	○野菜ミックスジュース、バナナ、玉ねぎ、かぼちゃ、レタス、きゅうり、人参、コーン、練りこま、すりこま、ねぎ、○味付けのり、◎みかん缶	ホワイトルウ、パイオン、濃口しょうゆ、塩・こしょう、食塩	・飲むヨーグルト、・みかん缶	野菜ジュース、わかめのりおにぎり
05木	麦ごはん、鶏のごまから揚げ、春雨ソテー、ごぼうと厚揚げの味噌汁、パイナップル、・ミニトマト	米、はるさめ、片栗粉、押麦、てんぷら油、小麦粉、ごま油、砂糖、◎コーンフレーク	鶏もも、揚げ豆腐、○スキムミルク、豚肉、合わせ味噌、鶏卵、鶏もも、◎牛乳	パイナップル、玉ねぎ、人参、もやし、ごぼう、コーン、にら、こま、ねぎ、しょうが、かぼちゃ、ミニトマト	だし汁、濃口しょうゆ、酒、食塩	・牛乳50、・コーンフレーク	スキムミルク、えびせん
06金	収穫祭カレーライス、ハムと野菜の甘酢サラダ、フルーツヨーグルト(黄桃缶)、・もずくのかきたま汁	米、じゃがいも、砂糖、サラダ油、ごま油	合挽き肉、ヨーグルト、○スキムミルク、ローズハム、○ホイップクリーム、鶏卵、◎牛乳	玉ねぎ、黄桃缶、きゅうり、人参、◎みかん缶、レタス、りんご、こま、もずく	カレールウ、りんご酢、薄口しょうゆ、鶏ガラスープの素	・牛乳50、・ウエハース	スキムミルク、フルーツゼリー
07土	五目あんかけちゃんぽん、冷)ぎょうざ、パイン缶、・さつまいも甘煮	ちゃんぽん麺、片栗粉、サラダ油、砂糖、◎ぼたぼた焼き、さつまいも	○牛乳、豚肉、かまぼこ、◎豆乳	パイン缶、玉ねぎ、もやし、キャベツ、人参、しいたけ、コーン、にんにく、しょうが	濃口しょうゆ、酒、鶏ガラスープの素、塩・こしょう	・調整豆乳、・せんべい(丸ぼうろ)	牛乳、野菜スナック
09月	ごはん、肉じゃが、ナムル風煮びたし(きゅうり)、むらくも汁、ゴールドキウイ、・マヨネーズ納豆	じゃがいも、米、○ロールパン、○バター、砂糖、○砂糖、片栗粉、サラダ油、ごま油、マヨネーズ	牛肉、鶏卵、○スキムミルク、油揚げ、○きな粉、納豆、◎牛乳	玉ねぎ、ゴールドキウイ、きゅうり、人参、もやし、しらたき、チンゲン菜、◎バナナ	だし汁、濃口しょうゆ、りんご酢、酒、みりん、薄口しょうゆ、食塩、しょうが	・牛乳50、・バナナ	スキムミルク、きなこサンド
10火	麦ごはん、サバの味噌焼き、切干大根炒め煮、小松菜と油揚げの味噌汁、オレンジ、・あんかけ豆腐	米、押麦、砂糖、小麦粉、サラダ油、ごま油、片栗粉	さば、○牛乳、○スキムミルク、合わせ味噌、油揚げ、豆腐、◎牛乳	○黄桃缶、○フルーチェ(いちご)、オレンジ、こまつな、人参、えのきたけ、切干大根、こま	だし汁、みりん、濃口しょうゆ、酒	・牛乳50、・ビスコ(2枚)	スキムミルク、フルーチェ(黄桃)
11水	食パン8枚切、ミートローフ、かぼちゃとおいものチーズ入りサラダ、キャベツとベーコンのスープ、バナナ、牛乳、・人参グラッセ	食パン、○米、さつまいも、マヨネーズ、パン粉、サラダ油、砂糖、バター	牛乳、合挽き肉、鶏卵、牛乳、ローズハム、ベーコン（細切り）、サラダチーズ、牛乳、◎飲むヨーグルト	○野菜ミックスジュース、バナナ、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ、人参、りんご、きゅうり、ピーマン、○味付けのり、ねぎ、◎みかん缶	ケチャップ、パイオン、薄口しょうゆ、○たまごぶりかけ、食塩、ナツメグ	・飲むヨーグルト、・みかん缶	野菜ジュース、のりたまおにぎり
12木	麦ごはん、煮魚、高野豆腐の卵とじ、のつべい汁、みかん缶、・かぼちゃ煮	米、里芋、押麦、砂糖、片栗粉、◎カルシウムせんべい2枚	カラスカレイ、鶏卵、○スキムミルク、鶏もも、高野豆腐、◎牛乳	みかん缶、大根、人参、さやいんげん、こんにゃく、ごぼう、ねぎ、しょうが、かぼちゃ	だし汁、薄口しょうゆ、濃口しょうゆ、みりん、酒、食塩	・牛乳50、・カルシウムせんべい	スキムミルク、セサミビスケット
13金	三色丼、こつぶがんも煮、ごぼうと小松菜の味噌汁、パイナップル、・しらすトマト	米、○ホットケーキミックス、○バター、砂糖、○砂糖、サラダ油	鶏ひき肉、鶏卵、冷)こつぶがんも、○スキムミルク、合わせ味噌、○牛乳、○鶏卵、鶏もも、◎牛乳、○チーズ、しらすトマト	パイナップル、○バナナ、人参、こまつな、玉ねぎ、ごぼう、いんげん、トマト	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酒、薄口しょうゆ、りんご酢	・牛乳50、・スティックチーズ	スキムミルク、バナナカップケーキ
14土	クリームスパゲティ、ミートボール煮、黄桃缶、・きゅうりのマヨネーズ和え	スパゲティ、砂糖、サラダ油、マヨネーズ	牛乳、○牛乳、ベーコン（細切り）、◎豆乳	黄桃缶、玉ねぎ、ほうれん草、しいたけ、人参、コーン、きゅうり	ホワイトルウ、ケチャップ、ウスターソース、パイオン、塩・こしょう	・調整豆乳、・たまごボーロ	牛乳、バームクーヘン
16月	ごはん、豚肉のピカタ、ひじきの白和え、わかめと麩のすまし汁、オレンジ、・オクラ納豆	米、○食パン、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、おつゆ麩	○牛乳、豚肉、豆腐、鶏卵、大豆水煮、○チーズ、合わせ味噌、納豆、◎牛乳、かつお節	オレンジ、玉ねぎ、ほうれん草、こんにゃく、人参、○玉ねぎ、○コーン、○ピーマン、練りこま、すりこま、芽ひじき、ねぎ、わかめ、◎バナナ、オクラ	だし汁、○ケチャップ、ケチャップ、酒、薄口しょうゆ、りんご酢、濃口しょうゆ、食塩、塩・こしょう	・牛乳50、・バナナ	スキムミルク、ビザトースト
17火	麦ごはん、えびのトマトソースかけ、マセドアンサラダ、キャベツのガラスープ、ゴールドキウイ、・麩のたまごとし	米、じゃがいも、マヨネーズ、○片栗粉、押麦、○砂糖、砂糖、てんぷら油、片栗粉、ごま油	○牛乳、○スキムミルク、大豆水煮、○きな粉、揚げ豆腐、◎牛乳	玉ねぎ、ゴールドキウイ、人参、キャベツ、きゅうり、ピーマン、こま、ねぎ	ケチャップ、鶏ガラスープの素、薄口しょうゆ、酒、濃口しょうゆ、ウスターソース、○食塩、パイオン、みりん、だし汁	・牛乳50、・動物ビスケット	スキムミルク、白い風船
18水	ロールパン、ポークビーンズ、チーズとちくわの野菜サラダ、バナナ、牛乳、・ボイルウィンナー	じゃがいも、ロールパン、○米、マヨネーズ、砂糖、サラダ油	牛乳、大豆水煮、豚肉、ちくわ、サラダチーズ、牛乳、◎飲むヨーグルト、ウィンナーソーセージ	○野菜ミックスジュース、バナナ、玉ねぎ、トマト水煮、キャベツ、人参、きゅうり、コーン、○味付けのり、○こま、すりこま、◎みかん缶	ケチャップ、濃口しょうゆ、パイオン、食塩、○食塩	・飲むヨーグルト、・みかん缶	野菜ジュース、こまのりおにぎり
19木	グリーンピースごはん、豆腐和風ハンバーグ、野菜ソテー、田舎汁、すいか、・ひじきの炒め煮	米、パン粉、片栗粉、サラダ油、砂糖、◎コーンフレーク	豆腐、豚ひき肉、○スキムミルク、ソーセージ、合わせ味噌、鶏卵、牛乳、鶏もも、油揚げ、◎牛乳	すいか、玉ねぎ、キャベツ、人参、大根、かぼちゃ、○黄桃缶、◎みかん缶、グリーンピース、コーン、ごぼう、ねぎ、こんぶ、茎わかめ、すりこま	だし汁、濃口しょうゆ、食塩、みりん、酒、塩・こしょう	・牛乳50、・コーンフレーク	スキムミルク、2色ゼリー(黄桃)
20金	鮭ちらし寿司、白菜ごま和え、わかめとえのきの味噌汁、パイナップル、・こんにゃくのきんぴら	米、○冷)白玉餅、砂糖、○砂糖、おつゆ麩、ごま油	揚げ豆腐、鮭、○スキムミルク、合わせ味噌、鶏糸卵、○きな粉、◎牛乳	白菜、パイナップル、人参、えのきたけ、さやえんどう、ごぼう、練りこま、こま、すりこま、ねぎ、わかめ、きざみのり、しいたけ、だし昆布、糸こんにゃく	だし汁、りんご酢、濃口しょうゆ、食塩、酒、○食塩	・牛乳50、・ウエハース	スキムミルク、アメリカンドッグ
21土	きつねうどん、きゅうりとカニカマのサラダ、みかん缶、・里芋煮	ゆでうどん、マヨネーズ、砂糖、里芋、◎ぼたぼた焼き	○牛乳、油揚げ、かにかまぼこ、◎豆乳	みかん缶、ほうれん草、きゅうり、玉ねぎ、人参、レタス、しいたけ、わかめ	だし汁、だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩、薄口しょうゆ	・調整豆乳、・せんべい(丸ぼうろ)	牛乳、マリービスケット
23月	ごはん、春雨と肉団子の野菜スープ煮、鶏レバーの甘辛煮、メロン、・納豆卵焼き	米、○ロールパン、はるさめ、砂糖、○バター	鶏レバー、○スキムミルク、納豆、鶏卵、◎牛乳	メロン、玉ねぎ、白菜、チンゲン菜、人参、○いちごジャム、にら、にんにく、しいたけ、ねぎ、◎バナナ	濃口しょうゆ、酒、みりん、薄口しょうゆ、中華味、鶏ガラスープの素、しょうが、食塩、だし汁	牛乳、・バナナ	スキムミルク、ジャムバターサンド
24火	麦ごはん、赤魚の竜田揚げ、海そうサラダ、けんちん汁、ゴールドキウイ、・厚揚げ煮	米、里芋、片栗粉、押麦、てんぷら油、砂糖、ごま油、おつゆ麩	赤魚、○スキムミルク、豆腐、豚肉、鶏卵、◎牛乳	ゴールドキウイ、もやし、大根、レタス、きゅうり、人参、ごぼう、わかめ、ねぎ	だし汁、濃口しょうゆ、りんご酢、食塩、酒、しょうが、みりん、薄口しょうゆ	・牛乳50、・ビスコ(2枚)	スキムミルク、おにぎりせんべい
25水	食パン8枚切、変わりローストチキン、キャベツときゅうりのごまサラダ、もやしスープ、バナナ、牛乳、・粉ぶき芋	食パン、○米、マヨネーズ、砂糖、じゃがいも	牛乳、鶏もも、ベーコン（細切り）、牛乳、◎飲むヨーグルト	○野菜ミックスジュース、バナナ、キャベツ、もやし、きゅうり、人参、玉ねぎ、コーン、練りこま、すりこま、ねぎ、わかめ、○味付けのり、◎みかん缶	濃口しょうゆ、パイオン、しょうが、ケチャップ、ウスターソース、酒、にんにく	・飲むヨーグルト、・みかん缶	野菜ジュース、若菜のりおにぎり
26木	肉うどん、ちくわの天ぷら、たまごボーロ、オレンジ、・たまごマヨネーズ	ゆでうどん、てんぷら粉、砂糖、てんぷら油、マヨネーズ、たまごボーロ、◎カルシウムせんべい2枚	牛肉、ちくわ、○スキムミルク、◎牛乳、ゆで卵	玉ねぎ、オレンジ、○バナナ、○黄桃缶、◎みかん缶、○パイ缶、しらたき、人参、○キウイフルーツ、○いちご、ねぎ、あおのり	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酒、食塩	・牛乳50、・カルシウムせんべい	スキムミルク、フルーツポンチ
27金	タコライス、春雨中華サラダ、わかめのガラスープ、パイナップル、・煮豆腐	米、○ホットケーキミックス、はるさめ、砂糖、○てんぷら油、サラダ油、ごま油	合挽き肉、○ソーセージ、○スキムミルク、ローズハム、チーズ、鶏糸卵、豆腐、◎牛乳、◎チーズ	玉ねぎ、パイナップル、レタス、トマト、きゅうり、人参、こま、ねぎ、わかめ、すりこま	ケチャップ、ウスターソース、○ケチャップ、鶏ガラスープの素、濃口しょうゆ、りんご酢、カレー粉、みりん、だし汁	・牛乳50、・スティックチーズ	スキムミルク、丸ぼうろ
28土	五目ラーメン、冷)肉しゅうまい、フルーツヨーグルト(黄桃缶)、・きゅうりごま和え	ゆでラーメン、砂糖、サラダ油	○牛乳、牛乳、ヨーグルト、豚肉、◎豆乳	黄桃缶、白菜、玉ねぎ、もやし、しいたけ、人参、コーン、ねぎ、にんにく、練りこま、すりこま、きゅうり	白濁、鶏ガラスープの素、塩・こしょう、濃口しょうゆ	・調整豆乳、・たまごボーロ	牛乳、サッポロポテト(バーベQ)
30月	ごはん、筑前煮、茶わん蒸し、オレンジ、・納豆のり和え	米、○食パン、里芋、○砂糖、砂糖、○メープルシロップ、○バター、サラダ油	鶏卵、鶏もも肉、○牛乳、○スキムミルク、○鶏卵、納豆、◎牛乳	オレンジ、ごぼう、こんにゃく、人参、れんこん、だけのこと、しいたけ、みつば、しいたけ、◎バナナ、きざみのり	だし汁、濃口しょうゆ、みりん、薄口しょうゆ、食塩	・牛乳50、・バナナ	スキムミルク、フレンチトースト