



献立表



日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質水分	材 料 名				午後	備考
			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		
01 土	イタリアンスパゲティ、豆乳ポトフ(鶏肉)、バナナ	608.5 16.6 15.4 1.6	じゃがいも、スパゲティ、植物油	○牛乳、豆乳、鶏もも肉、ベーコン	たまねぎ、バナナ、キャベツ、ピーマン、にんじん	トマトケチャップ、コンソメ、ウスターソース、食塩	菓子、牛乳	
03 月	卵サラダ、キャベツとみかんのサラダ、野菜のスキムクリーム煮	469.8 16 20.8 1.9	食パン、じゃがいも、小麦粉、植物油、マヨネーズ、○黒砂糖、砂糖	○牛乳、ベーコン、卵、脱脂粉乳、バター	キャベツ、みかん缶、きゅうり、人参、しめじ、ブロッコリー、ほうれんそう、干しぶどう	○しょうゆ、酢、食塩、コンソメ	みたらし団子、牛乳	
04 火	オクラ納豆ご飯、かじきのおろし煮、青菜とやしのかつお節和え、なすのみそ汁	504.7 27.1 14.1 2.8	米、○ゆでそうめん、油、片栗粉、○砂糖、砂糖	○牛乳、かじき、納豆、○豚肉、○ヨーグルト、みそ、かつお節、いわし(煮干し)、かつお節	だいこん、こまつな、なす、もやし、たまねぎ、○トマト、たまねぎ、きゅうり、オクラ、しょうが	しょうゆ、みりん、○しょうゆ、○みりん、○かつおだし	トマトそうめん、ヨーグルトミルク	
05 水	スパゲティソース、きのこキャベツのサラダ、なると青菜のスープ	464.7 19 17.9 2.7	○食パン、スパゲティ、マヨネーズ、植物油、砂糖	○牛乳、豚ひき肉、なると、○とろけるチーズ、ツナ油漬、粉チーズ	たまねぎ、キャベツ、チンゲンサイ、○コーン缶、人参、しめじ、えのきたけ、ピーマン	トマトケチャップ、しょうゆ、酢、ウスターソース、コンソメ、食塩	コーンチーズトースト、牛乳	
06 木	カレーライス、蓋ゆでそらとミニトマト、フルーツゼリー	685.5 18.2 17 2	米、じゃがいも、砂糖、油、○クリームパン	○牛乳、豚肉	たまねぎ、そらめ、さくらんぼ、にんじん、みかん缶、なす、ペイン缶、ミニトマト、コーン缶、ピーマン、かんてん	カレールー、食塩	クリームパン、牛乳	
07 金	肉ラーメン、磯風味がテト、バナナ	451.8 14.2 11.5 1.5	ゆで中華めん、じゃがいも、○米、油、砂糖、片栗粉、ごま油	○牛乳、豚ひき肉、しらす干し、みそ	バナナ、ピーマン、ねぎ、コーン缶、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、あおのり、にんにく、しょうが	中華スープ、○めんつゆ、しょうゆ、鳥がらだし汁、コンソメ、食塩	焼きおにぎり、牛乳	
08 土	パンパキンサンド、カレースープ(とうがんと)、バナナ	400 10.5 17.3 1.3	マヨネーズ、砂糖	○牛乳、豚肉	とうがんと、バナナ、かぼちゃ、にんじん、いんげん、きゅうり	コンソメ、カレールー、カレー粉、食塩	菓子、牛乳	
10 月	いちごマーガリンサンド、肉団子のごま豆乳スープ、牛乳	443 21.9 16.4 2.3	食パン、○ゆでそうめん、マーガリン、片栗粉、○砂糖、ごま油	牛乳、豆乳、豚ひき肉、○脱脂粉乳、油揚げ、○しらす干し、みそ、すりごま	はくさい、だいこん、○たまねぎ、人参、玉葱、こまつな、いちごジャム、しめじ、ねぎ、○ほうれんそう、しょうが	○かつおだし汁、中華スープ、○しょうゆ、鳥がらだし汁、○食塩、食塩	しらすそうめん、バナナ、スキムミルク	
11 火	石狩ご飯、すいか、豚汁(じゃが芋)	613.9 21.1 17.7 1.8	米、じゃがいも、○小麦粉、板こんにゃく、○砂糖	○牛乳、さけ、豚肉、みそ、油揚げ、○脱脂粉乳、○バター、ごま、いわし(煮干し)	すいか、たまねぎ、にんじん、ごぼう、ねぎ、きゅうり	酒、食塩	チョコチップ入り蒸しパン、牛乳	
12 水	おろしなめこうどん、おからコロッケ、キャベツと胡瓜の昆布和え	514.1 23 13.2 2.5	ゆでうどん、○食パン、じゃがいも、パン粉、小麦粉、○砂糖、片栗粉、砂糖	○牛乳、豚肉、○卵、豚ひき肉、おから、○脱脂粉乳、牛ひき肉、卵	たまねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり、なめこ、にんじん、塩こんぶ、カットわかめ	めんつゆ、しょうゆ、かつおだし汁、酒、みりん、食塩	フレンチトースト、牛乳	
13 木	コーンライス、ハンバーグ、マカロニサラダ、エビと小松菜のクリーム煮、ヤカトル	593.6 16.7 16.4 1.2	米、マカロニ、マヨネーズ、パン粉、○小麦粉、○強力粉、○砂糖、○植物油、砂糖、○片栗粉	ヤカトル、豚ひき肉、牛ひき肉、○ウインナー、ハム、バター、○豆乳クリーム、えび、脱脂粉乳、生クリーム、ベーコン	○りんご果汁飲料、たまねぎ、コーン缶、○キャベツ、○ミニトマト、にんじん、きゅうり、人参、○みかん缶、小松菜、しめじ、	トマトケチャップ、酒、ウスターソース、食塩、○食塩、コンソメ	クレープ、リンゴジュース	
14 金	冷やし中華 ごまだれ、タンドリーチキン、粉ふき芋	496.4 26.6 19.2 2.2	ゆで中華めん、じゃがいも、砂糖、ごま油、○メロンパン	○牛乳、鶏もも肉、卵、ハム、ヨーグルト、ねりごま、すりごま	きゅうり、ミニトマト、にんにく、カットわかめ、○たまねぎ	鳥がらだし汁、カレールー、中華スープ、しょうゆ、食塩	メロンパン、牛乳	
15 土	ビビンバ、卵と若布のスープ、バナナ	612.6 16 22.5 1.5	米、ごま油	○牛乳、豚肉、卵、すりごま	バナナ、こまつな、もやし、人参、カットわかめ	しょうゆ、食塩、コンソメ	菓子、牛乳	
18 火	ご飯、メルーサーのフライ、豚肉と冬瓜の含め煮、なめこ大根のみそ汁	495.8 21.5 13.3 1.9	米、○食パン、パン粉、油、小麦粉、○砂糖、○マーガリン、片栗粉、砂糖	○牛乳、メルーサー、豚肉、みそ、卵、○きな粉、かつお節、かじき	とうがんと、だいこん、なめこ、人参、こまつな	煮干だし汁、みりん、しょうゆ、食塩、○食塩	きなこラスク、牛乳	
19 水	きのこのトマトクリームスパゲティ、ポトフサラダ、はんぺんとチンゲン菜のスープ	513.7 16 21.6 2.6	スパゲティ、○米、じゃがいも、マヨネーズ、油、○油、○ごま油、砂糖	○牛乳、はんぺん、ベーコン、○ベーコン、生クリーム、ハム	たまねぎ、しめじ、トマトジュース缶、エリンギ、マッシュルーム缶、○コーン缶、○たかな漬、きゅうり、○はくさい、チンゲン菜	トマトケチャップ、○しょうゆ、しょうゆ、コンソメ、食塩、○コンソメ、○食塩	高菜チャーハン、牛乳	
20 木	ご飯、鶏肉の香揚げ、キャベツときゅうりの豆乳クリームサラダ、豆腐みそ汁(なめこ)	606.4 22.1 18.9 2.1	米、片栗粉、植物油、マヨネーズ、砂糖	○ヨーグルト、鶏肉、豆腐、みそ、豆乳	キャベツ、なめこ、みかん缶、きゅうり、人参、ねぎ、にんにく、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	ヨーグルト、菓子、麦茶	
21 金	あんかけ五目焼きそば、酸味スープ、人参ゼリー	439.8 19 12.9 1.9	焼きそばめん、片栗粉、ごま油、○クリームパン	○牛乳、豆腐、卵、えび、豚肉、なると	オレンジ果汁、にんじん、もやし、キャベツ、しめじ、ねぎ、玉葱、かんてん(粉)	鳥がらだし汁、しょうゆ、オイスターソース、酢、食塩、コンソメ	クリームパン、牛乳	
22 土	クリームチーズサンド、洋風入り豆腐、バナナ	523.3 19.5 22.2 2	食パン、油、砂糖	○牛乳、豆腐、卵、豚ひき肉、クリームチーズ、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、人参、グリーンピース、しいたけ	食塩、コンソメ	菓子、牛乳	
24 月	ハムと胡瓜のサンド、ミネストローネ、バナナ	494.4 15.6 14 2.1	食パン、○米、マカロニ、マーガリン	○牛乳、ハム、ベーコン	バナナ、トマト缶詰、たまねぎ、にんじん、きゅうり、セロリ、こまつな、○こんぶ佃煮	しょうゆ、コンソメ、食塩	ごま昆布おにぎり、牛乳	
25 火	キーマカレー、卵と若布のスープ、メロン	540.5 18.3 16.1 2.3	米、○ホットケーキ粉、片栗粉、油、砂糖、○砂糖	○牛乳、豚ひき肉、卵、スライスチーズ	たまねぎ、メロン、にんじん、なす、ピーマン、オクラ、○えだまめ、カットわかめ、しょうが、にんにく	カレールー、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、コンソメ	えだまめ蒸しパン、牛乳	
26 水	味噌バターコンラーメン、豚肉のピカタ、白あえ(ひじき)	634.2 28 22.9 2.1	ゆで中華めん、○ホットケーキミックス、しらたき、植物油、小麦粉、砂糖	○牛乳、豚肉、卵、豆腐、豚肉、みそ、○砂糖、ごま、バター	○バナナ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、ほうれんそう、にんじん、ひじき	煮干だし汁、中華スープ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩	バナナ入りホットケーキ、牛乳	
27 木	ご飯、豚かつ(名古屋名物)、もやしとニラのあえ物、野菜汁	574.3 17.9 18.1 1.7	米、じゃがいも、板こんにゃく、パン粉、油、小麦粉、砂糖、黒砂糖、ごま油	豚肉、豆腐、みそ、油揚げ、卵、焼き豚、すりごま、いわし(煮干し)、ごま、○ツナ缶	たまねぎ、もやし、にんじん、ごぼう、きゅうり、ほうれんそう、ねぎ、にら、にんにく	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩	アイス、菓子、麦茶	
28 金	ごぼう天うどん、かじきの照り焼き、揚げ豆腐(ほうれん草)	409.6 22 14.1 2.3	ゆでうどん、油、砂糖	○牛乳、かじき、豆腐、卵、鶏ひき肉	○とうもろこし、たまねぎ、ごぼう、ほうれんそう、人参、にんじん、しいたけ	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、食塩、○食塩	ゆでとうもろこし、牛乳	
29 土	焼きそば、冬瓜のスープ、バナナ	486 14.3 18.2 2	焼きそばめん	○牛乳、豚肉	バナナ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ピーマン、とうがんと、カットわかめ	ウスターソース、食塩、しょうゆ、コンソメ	菓子、牛乳	
31 月	ツナサンド、春雨スープ、キャベツとひじき炒め	568 20.7 19.8 2.8(2.4)	○ゆで中華めん、はるさめ、マヨネーズ、ごま油、食パン	○牛乳、○豚肉、卵、ツナ缶、なると	○たまねぎ、キャベツ、たまねぎ、しめじ、にんじん、こまつな、○コーン缶、○にんじん、きゅうり、ひじき	○カレールー、しょうゆ、○中華スープ、食塩、コンソメ、○食塩	カレーラーメン、牛乳	

*都合によりメニュー変更の場合があります。



日付	献立	エネルギーたんぱく質脂質水分	材 料 名 (〇は午後おやつ)				午後	備考
			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		
01 土	イタリアンスパゲティ、豆乳ポトフ(鶏肉)、バナナ	474.8 16.6 15.4 1.6	じゃがいも、スパゲティ、植物油	〇牛乳、豆乳、鶏もも肉、ベーコン	たまねぎ、バナナ、キャベツ、ピーマン、にんじん	トマトケチャップ、コンソメ、ウスターソース、食塩	菓子、牛乳	
03 月	卵サンド、キャベツとみかんのサラダ、野菜のスキムクリーム煮	469.8 16 20.8 1.9	食パン、じゃがいも、小麦粉、植物油、マヨネーズ、〇砂糖、砂糖、〇板ふ、マカロニ	〇牛乳、ベーコン、卵、脱脂粉乳、バター、〇きな粉	キャベツ、みかん缶、きゅうり、人参、しめじ、ブロッコリー、ほうれんそう、干しぶどう、〇たまねぎ	〇しょうゆ、酢、食塩、コンソメ、〇食塩、〇コンソメ	マカロニきな粉、麺と玉葱のスープ、牛乳	
04 火	オクラ納豆ご飯、かじきのおろし煮、青菜ともやしのかつお節和え、なすのみそ汁	504.7 22.5 11.1 2.3	米、〇(ゆで)そうめん、油、片栗粉、〇砂糖、砂糖	〇牛乳、かじき、納豆、〇豚肉、〇ヨーグルト、みそ、〇かつお節、いわし(寒干し)、かつお節	だいこん、こまつな、なす、もやし、たまねぎ、〇トマト、〇たまねぎ、〇きゅうり、オクラ、しょうが、〇かぼちゃ	しょうゆ、みりん、〇しょうゆ、〇みりん、〇かつおだし汁	トマトそうめん、かぼちゃの煮物、ヨーグルトミルク	
05 水	スパゲティミートソース、きのこキャベツのサラダ、なると青菜のスープ	338.1 14.7 11.6 2	〇食パン、スパゲティ、〇マヨネーズ、植物油、砂糖	〇牛乳、豚ひき肉、なると、〇とろけるチーズ、ツナ缶、粉チーズ、〇バター	たまねぎ、キャベツ、チンゲンサイ、人参、しめじ、えのきたけ、ピーマン	トマトケチャップ、しょうゆ、酢、ウスターソース、コンソメ、食塩	チーズサンド、バターコーン、牛乳	
06 木	カレーライス、塩ゆで大豆とミニトマト、フルーツゼリー	518.8 13.8 11.3 1.9	米、じゃがいも、砂糖、油、〇食パン	〇牛乳、豚肉、ゼラチン、〇グリーンピース	たまねぎ、そらめめ、さくらんぼ、にんじん、みかん缶、なす、ピーマン、ミニトマト、コーン缶、ピーマン、〇いちごジャム、かんでん、〇にんじん、〇カットわかめ、〇たまねぎ	カレールー、食塩、〇食塩、〇しょうゆ、〇コンソメ	いちごジャムサンド、グリーンピースと若布のスープ、牛乳	
07 金	肉ラーメン、磯風味ポテト、バナナ	349.6 11.4 8.8 1.3	ゆで中華めん、じゃがいも、〇米、油、砂糖、片栗粉、ごま油	〇牛乳、豚ひき肉、しらす干し、みそ、〇みそ	バナナ、ピーマン、〇キャベツ、ねぎ、コーン缶、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、あおのり、にんにく、しょうが、〇カットわかめ	中華スープ、〇めんつゆ、しょうゆ、島がらだし汁、コンソメ、食塩、〇煮干だし汁	焼きおにぎり、みそ汁(キャベツ)、牛乳	
08 土	パンケーキサンド、カレースープ(とうがん)、バナナ	357 10.5 13.5 1	マヨネーズ、砂糖	〇牛乳、豚肉	とうがん、バナナ、かぼちゃ、にんじん、いんげん、きゅうり	コンソメ、カレールー、カレー粉、食塩	菓子、牛乳	
10 月	いちごマーガリンサンド、肉団子のごま豆乳スープ、牛乳	373.1 16.5 17.5 13.1 1.8	食パン、〇ゆでそうめん、マーガリン、片栗粉、〇砂糖、ごま油	牛乳、豆乳、豚ひき肉、〇脱脂粉乳、油揚げ、〇しらす干し、みそ、すりごま	はくさい、だいこん、〇たまねぎ、人参、玉葱、こまつな、いちごジャム、しめじ、ねぎ、〇ほうれんそう、しょうが、〇バナナ	〇かつおだし汁、中華スープ、〇しょうゆ、島がらだし汁、〇食塩、食塩	しらすそうめん、バナナ、スキムミルク	
11 火	石狩ご飯、すいか、豚汁(じゃが芋)	483.5 16.5 13.9 1.4	米、じゃがいも、〇小麦粉、板こんにやく、〇マヨネーズ、〇砂糖	〇牛乳、さけ、豚肉、みそ、〇卵、油揚げ、〇脱脂粉乳、〇バター、ごま、いわし(寒干し)	すいか、たまねぎ、〇キャベツ、にんじん、ごぼう、〇コーン缶、ねぎ、きゅうり	酒、〇酢、〇食塩、食塩	チョコチップ入り蒸しパン、コーンスロースラダ、牛乳	
12 水	おろしなめこうどん、おからコロッケ、キャベツと胡瓜の昆布和え	439.3 19.9 10.9 2.3	ゆでうどん、〇食パン、じゃがいも、パン粉、小麦粉、〇砂糖、片栗粉、砂糖、〇片栗粉	〇牛乳、豚肉、〇卵、豚ひき肉、おから、〇脱脂粉乳、牛ひき肉、卵	たまねぎ、だいこん、キャベツ、きゅうり、なめこ、にんじん、塩こんぶ、カットわかめ、〇かぼちゃ	めんつゆ、しょうゆ、かつおだし汁、酒、みりん、食塩、〇食塩、〇ベビーコンソメ	フレンチトースト、かぼちゃスープ、牛乳	
13 木	コーンライス、ハンバーグ、マカロニサラダ、エビと小松菜のクリーム煮、ヤクルト	535 17.6 17.7 1.8	米、マカロニ、マヨネーズ、パン粉、〇小麦粉、〇砂糖、砂糖、脱脂粉乳	ヤクルト、豚ひき肉、牛ひき肉、〇豆乳クリーム、ハム、バター、〇卵、〇生クリーム、〇牛乳、〇バター、生クリーム、エビ、	〇りんご果汁飲料、たまねぎ、コーン缶、にんじん、きゅうり、人参、〇みかん缶、〇バナナ、しめじ、しょうが、小松菜	トマトケチャップ、酒、ウスターソース、食塩	ロールケーキ、バナナとみかん、リンゴジュース	
14 金	冷やし中華 ごまだれ、タンドリーチキン、粉あき芋	427 22.8 17.6 1.8	ゆで中華めん、じゃがいも、砂糖、ごま油、〇食パン、〇じゃがいも	〇牛乳、鶏もも肉、卵、ハム、ヨーグルト、ねりごま、すりごま、〇卵、〇生クリーム、〇バター	きゅうり、ミニトマト、にんにく、カットわかめ、〇ブルーベリージャム、〇たまねぎ	鳥がらだし汁、カレールー、中華スープ、しょうゆ、食塩、〇コンソメ	ブルーベリージャムパン、ピンチョーズ、牛乳	
15 土	ピザパン、卵と若布のスープ、バナナ	490.1 12.8 18 1.2	米、ごま油	〇牛乳、豚肉、卵、すりごま	バナナ、こまつな、もやし、人参、カットわかめ	しょうゆ、食塩、コンソメ	菓子、牛乳	
18 火	ご飯、メルルーサのフライ、豚肉と冬瓜の合め煮、なめこ大根のみそ汁	410.4 17.5 13 1.4	米、〇食パン、パン粉、油、小麦粉、〇砂糖、〇マーガリン、片栗粉、砂糖	〇牛乳、メルルーサ、豚肉、みそ、卵、〇きな粉、かつお節、〇ベーコン、かじき	とうがん、だいこん、なめこ、人参、こまつな、〇ほうれんそう、〇たまねぎ	煮干だし汁、みりん、しょうゆ、〇しょうゆ、食塩、〇コンソメ、〇食塩	きなこサンド、ベーコンとほうれん草のスープ、牛乳	
19 水	きのこのトマトクリームスパゲティ、ポテトサラダ、はんぺんとチンゲン菜のスープ	416.3 13 17.3 2.4	スパゲティ、〇米、じゃがいも、マヨネーズ、油、〇油、〇ごま油、砂糖	〇牛乳、はんぺん、ベーコン、〇ベーコン、生クリーム、ハム	たまねぎ、しめじ、トマト、ジュース缶、エリンギ、マッシュルーム缶、〇コーン缶、〇たかな漬、きゅうり、〇にんじん、チンゲンサイ、コーン缶、〇人参、〇たまねぎ、〇カットわかめ	トマトケチャップ、〇しょうゆ、しょうゆ、コンソメ、食塩、〇コンソメ、〇食塩	高菜チャーハン、若布と玉葱のスープ、牛乳	
20 木	ご飯、鶏肉の香り揚げ、きゃべつときゅうりの豆乳クリームサラダ、豆腐のみそ汁(なめこ)	503 20 18 1.8	米、片栗粉、植物油、マヨネーズ、砂糖、〇食パン、〇砂糖、〇マーガリン	〇ヨーグルト、鶏肉、豆腐、みそ、豆乳	キャベツ、なめこ、みかん缶、きゅうり、人参、ねぎ、にんにく、しょうが	煮干だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	シュークリームマーガリンサンド、ヨーグルト、菓子、麦茶	
21 金	あんかけ五目焼きそば、酸味スープ、人参ゼリー	337.6 14.7 8.6 1.8	焼きそばめん、片栗粉、ごま油、〇食パン	〇牛乳、豆腐、卵、えび、豚肉、なると、〇バター	オレンジ果汁、にんじん、もやし、キャベツ、しめじ、ねぎ、玉葱、かんでん(粉)、〇しめじ、〇こまつな、〇コーン缶、〇いちご	鳥がらだし汁、しょうゆ、オイスターソース、酢、食塩、コンソメ、〇食塩	いちごジャムパン、こまつなとしめじのソテー、牛乳	
22 土	クリームチーズサンド、洋風入り豆腐、バナナ	416 15.5 17.7 1.6	食パン、植物油、砂糖	〇牛乳、豆腐、卵、豚ひき肉、クリームチーズ、脱脂粉乳	バナナ、たまねぎ、人参、グリーンピース、しいたけ	食塩、コンソメ	菓子、牛乳	
24 月	マーガリンサンド(ハム・きゅうり添え)サンド、ミネストローネ、バナナ	415 13.7 11.6 2.3	食パン、〇米、マカロニ、マーガリン、〇じゃがいも	〇牛乳、ハム、ベーコン、〇みそ	バナナ、トマト缶、たまねぎ、にんじん、きゅうり、セロリ、こまつな、〇こんにゃく、〇ほうれんそう	しょうゆ、コンソメ、食塩、〇かつおだし汁	ごま昆布おにぎり、みそ汁(じゃが芋・青菜)、牛乳	
25 火	キーマカレー、卵と若布のスープ、メロン	457.5 16.1 14.5 2.1	〇米、ホットケーキ粉、片栗粉、油、砂糖、〇砂糖	〇牛乳、豚ひき肉、卵、スライスチーズ、〇ごま	たまねぎ、メロン、にんじん、なす、ピーマン、〇にんじん、オクラ、〇えだまめ、カットわかめ、しょうが、にんにく、〇もやし、〇ほうれんそう	カレールー、しょうゆ、ケチャップ、ウスターソース、食塩、コンソメ、〇しょうゆ	えだまめ蒸パン、ほうれん草ともやしのごまあえ、牛乳	
26 水	味噌バターコーンラーメン、豚肉のピカタ、白あえ(ひじき)	496.8 21.5 17.5 1.8	ゆで中華めん、〇ホットケーキミックス、しらたき、植物油、小麦粉、砂糖	〇牛乳、豚肉、卵、豆腐、豚肉、みそ、〇砂糖、ごま、バター	〇バナナ、たまねぎ、キャベツ、コーン缶、ほうれんそう、にんじん、ひじき、〇にんじん、〇キャベツ	煮干だし汁、中華スープ、かつおだし汁、しょうゆ、食塩、〇しょうゆ、〇コンソメ	バナナ入りホットケーキ、野菜スープ、牛乳	
27 木	ご飯、豚かつ(名古屋名物)、もやしとニラのあえ物、野菜汁	452.3 15.4 16.5 1.7	米、じゃがいも、板こんにやく、パン粉、油、小麦粉、砂糖、黒砂糖、ごま油、〇干しうどん(ゆで)、〇キャベツ	豚肉、豆腐、みそ、油揚げ、卵、焼き豚、すりごま、いわし(寒干し)、ごま、ヨーグルト、〇ツナ缶	たまねぎ、もやし、にんじん、ごぼう、きゅうり、ほうれんそう、ねぎ、にんにく、〇きゅうり、〇カットわかめ	かつおだし汁、しょうゆ、酒、みりん、食塩、〇食塩、〇みりん、〇しょうゆ	冷やしサラダうどん、ヨーグルト、麦茶	
28 金	ごぼう天うどん、かじきの照り焼き、焼製豆腐(ほうれん草)	415.5 18.1 11.5 2.3	ゆでうどん、油、砂糖、〇米、〇じゃがいも	〇牛乳、かじき、豆腐、卵、鶏ひき肉、〇ベーコン、〇粉チーズ	たまねぎ、ごぼう、ほうれんそう、人参、にんじん、しいたけ、〇人参、〇たまねぎ、〇コーン缶	かつおだし汁、しょうゆ、みりん、酒、食塩、〇食塩、〇コンソメ	コーン入りミルク粥、粉あきいも、牛乳	
29 土	焼きそば、冬瓜のスープ、バナナ	389.4 11.6 14.4 1.8	焼きそばめん	〇牛乳、豚肉	バナナ、キャベツ、たまねぎ、もやし、にんじん、ピーマン、とうがん、カットわかめ	ウスターソース、食塩、しょうゆ、コンソメ	菓子、牛乳	
31 月	マーガリンサンド(ツナマヨ添え)、春雨スープ、キャベツとひじき炒め	438.2 16.6 14.3 2.4	ゆで中華めん、はるさめ、マヨネーズ、ごま油、食パン	〇牛乳、〇豚肉、卵、ツナ缶、なると	〇たまねぎ、キャベツ、たまねぎ、しめじ、にんじん、こまつな、〇コーン缶、〇にんじん、きゅうり、ひじき、〇ブロッコリー	〇カレールー、しょうゆ、〇中華スープ、食塩、コンソメ、〇食塩	カレーラーメン、ゆでブロッコリー、牛乳	

*都合によりメニュー変更場合があります。