1	日	曜	行事食等	主食	主菜、副菜、汁物、その他	血や筋肉にな		使用する食品名	子を整える	体温や力	になる
		· F	13 7 K 3	飲み物		I群	2群	3群	4群	5群	6群
1 日   10 日   1				ご飯	いわしの梅煮		牛乳	人参			
1	3	月	節分献立	•	五目大豆	(1)					
4 大     大名称的女     の名き 格殊ので     0名、 本の 地域     から、 大名称の女     から、 大名称の女     からなり、 大名称の女     からなり、 大名称の女     からなり、 大名称の女     からなり、 大名称の女     からなり、 大名称の女     からなり、 大名称の女     こと、本名がり、 大名称の女     こと、本名がり、 大名称の女     こと、本名がり、 大名称の女     こと、本名がり、 大名称の女     こと、大名称の女		,1	u- // II/(11		七福団子汁				,,,,,,		
				牛乳	豆乳プリン						
4 大				ご飯	春巻き	春巻き,豚肉,いか	牛乳	人参, 小松菜			油,ごま,油,
1	/1	ı			ごま酢あえ					<b>米</b> 粉	こま油
	4	^			八宝菜						
10 日				牛乳							
5 木     ・ 大きがきまか       4 点     ・ かいきまか     ・ おいっしつと思う はいくしています。				ご飯	ささみチーズフライ		牛乳	人参		ご飯,片栗粉	油,青じそド
本作	_	-I-			枝豆サラダ	油揚げ,みそ			根,えのき, <b>ねぎ</b>		レッシング
1	ט י	小		•	みそかき玉汁						
6 木				牛乳							
6 木 ・				ご飯	卵のベーコン巻き		牛乳	人参	キャベツ,きゅ		
中心   中心   ウインナー回   ウインナー胸育   子乳   人勢パピリ   コーン・カッピ   フィンタ   フィ	,	_			変わり漬け	げ					
7 会     カッペンの タインナー回 フレジャラック ションはもシナュー ・ 本品 ・ なっかりありたし ・ できまり     大品通用通常登集みそかま 十利 ・ はっかありたし ・ できまり     小概編 人参 ・ できなり大規 ・ できまり ・ できまま ・ できまり ・ できまり ・ できまり ・ できまり ・ できまま ・ できま ・ できまま ・ できま ・ できまま ・ できま ・ できまま ・ できま ・ できた ・ できま ・ でき ・ できま ・ できま ・ でき ・ でき ・ でき ・ でき ・ でき ・ でき ・ でき ・ でき	6	<b>^</b>		•	おでん				人作	<b>利</b> 君	
7 金				牛乳							
7 全 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・				コッペパン	ウインナー②	ウインナー,鶏肉	牛乳	人参,パセリ	コーン,キャベ	コッペパン,さ	フレンチド
中央	_								ツ,玉ねぎ	つまいも	レッシング
日	7   3	金		•	さつまいもシチュー						油
□ 月				牛乳.							
日   日   日本のおわたし   日本のおりたし   日本のおりたし   日本の大り大田   日本の大田   日本	+				鶏肉と大豆のみそがらめ	大豆,鶏肉,高野豆腐,みそ,かま	牛乳	小松菜, 人参	キャベツ,もや	ご飯,片栗粉.	油
10 月   方式   方式   方式   方式   方式   方式   方式						ぼこ,油揚げ			し,干ししいた	砂糖,麩	
2 水     ご飯 あじフライ ゆかりあえ 小板とび間がのみを汁 中乳     あじフライ 博揚げみそ     中乳     小板とび間がのみを汁 中乳     上間がある からの日飲立     土をパッ入り平つくね 小板会のコーンあん かった。カリテーション クリームスープバスタ クリームスの クリームスの クリームの クリームの クリースの クリークラグ フリーノスープ クリースの	0	月		•	14.1.						
2 水				生到	, 5 5/1				10 5		
2 水     ・ ウェリカネ ・ 大根と舞演的のみそ分 ・ 中名。 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・					<b>エドフライ</b>	あじフライ 厚揚げ みそ	<b>生</b> 到.	人袋	もやし キャベ	~ "飯	油
2 水				⊂欧		u/ ン / / 1 9/丁3/W 1/ 9 0 7 (	, ,,,			- 22	, LL
中和	2	水		•							
				上切	八1100   八110						
本	$\perp$				+ - ~ 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 11 1	キャベツ1 リエーノム 殖力 江	<b>上</b> 到	小松带 1 至	<b>ま.わし コーン</b>	で名に ひい 生	
1				ご飯				小仏米,入梦			
中乳	3	木	ひみの日献立			122 -7,17					
カー・					さつま汁						
4 金 パレンタイン献											
4 全 アンタイを開				コッペパン			牛乳	人参,バセリ			油,バター
# 1	14	余 '		•	野菜のソテー	<del>海</del> 内,入豆					
7 月		312	立		クリームスープパスタ						
				牛乳	バレンタインデザート						
1				ご飯	子持ちししゃもフライ②		牛乳	小松菜, 人参			油
18   大   一   一   一   一   一   一   一   一   一		_			小松菜と切り干し大根のひたし	₹			姜,大根,ねぎ	も,こんにゃく	
		FI .		•	豚汁						
18				牛乳							
18   大				ご飯	野菜シューマイ②	野菜シューマイ,豚肉	牛乳	人参,トマト			ごま油,油
19					こんにゃくサラダ						
年乳   豆乳パンナコッタ	8 .	火		•						コッタ	
19   水				牛乳	豆乳パンナコッタ				,		
19   水					鶏肉のマスタード焼き	鶏肉,豚肉,ベーコン,豆腐	牛乳,わかめ	人参	にんにく,玉ね	ご飯,ビーフ	マヨネーズ
19   水						, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		-	ぎ,キャベツ,も		油,ごま油
本乳	9 ;	水		•							
20   木   一				生到.	1-4 9// /				ਦ		
全時煮豆   にも玉汁   上乳   大参   大参   大参   上乳   大参   上乳   大参   上乳   上乳   上乳   上乳   上乳   上乳   上乳   上	+	+			豚ロースかつ	豚ロースかつ。金時豆、豆腐 卵	牛乳,	人参.にら	玉ねぎえのき	ご飯.砂糖.片	油
10   木						ور الاستان المستادة من من من المستادة المستادة المستادة المستادة المستادة المستادة المستادة المستادة المستادة ا	. 35		_ , _ , , , , , , ,		
中乳   中乳	20	木		•							
1   金				4 型	にり玉川						
1	_				中田で	まか松 内田で 殖力	上到 昭忠如	ブロ…っ!!	キャベツ ナム	7 11 12 18 18 1 Til	油 ジナル
1				さな粉揚げパン	_	こるが,内凹丁,寿内	一一九,加加南初子				油,こまト  レッシング
中乳 大豆 大豆と豆腐のミンチカツ 油揚げ,みそ 枝豆と豆腐のミンチカツ,豆腐, 油揚げ,みそ 中乳 小松菜. 人参 もやし,白菜,ね ご飯,青りんご ゼリー   25 火 一名	21 :	金						, , ,	- /: :515	1.0	
大					コンソメスープ						
25   大   上色あえ   白菜と油揚げのみそ汁   上旬   上旬   上旬   上旬   上旬   上旬   上旬   上						<u> </u>	d- 50	1.10-25	1		
25   火				ご飯			牛乳	小松菜, 人参			油
白菜と油揚げのみそ汁   キ乳   青りんごゼリー   下版内,豚肉,大豆   牛乳   大参   にんにく,生姜, こ飯,砂糖,片 油,ご 乗粉/シ, 白菜,たけの こ、わぎ,干しし いたけ   大き、下はり、こので、大き、下はり、一方で、大き、下はり、一方で、大き、下で、 一方で、大き、下で、 一方で、大き、下で、 一方で、 一方で、 一方で、 一方で、 一方で、 一方で、 一方で、 一方	25	火		•		/山3勿り,の**(			-	د ب –	
で飯   豚キムチ炒め   おやしのナムル   春雨スープ   本乳   本乳   本乳   大参   にんにく、生姜, 玉ねぎ,キムチ, もやし、きゅう り、白菜,たけの   こねぎ,干しし いたけ   まご飯   チキンナゲット②   チキンナゲット、牛肉   キ乳、わかめ   大参,トマト   もやし、コーン、 生姜,にんにく、 玉ねぎ   ビーフカレー   キ乳   かぼちゃひき肉フライ、鶏肉、卵   牛乳、ヨーグルト   大参,パセリ   もも、みかん、パ   大粉パン、片栗 油   フルーツョーグルトあえ   かぼちゃひき肉フライ、鶏肉、卵   牛乳、ヨーグルト   大参,パセリ   もも、みかん、パ   大粉パン、片栗 油   カン、コーン、コーン、コーン、コーン、コーン、コーン、コーン、エねぎ   粉	1	1									
本					17						
26 水 ・		1	-	ご飯	豚キムチ炒め	豚肉,豚肉,大豆	牛乳	人参			油,ごま油,
26 水 本乳   中乳 サキンナゲット(2)   大きで飯 チキンナゲット(2)   海藻サラダ ビーフカレー サ乳,わかめ   中乳 大参,トマト   おび 砂糖,じゃがいもも   大参,パセリ もも,みかん,パ イン,コーン、コーン、エねぎ   おばちゃひき肉フライ,鶏肉,卵 牛乳,ヨーグルト   フルーツョーグルトあえ 小ばちゃひき肉フライ,鶏肉,卵 イン,コーン、コーン、玉ねぎ										未材, 眷雨	こま
4乳 いたけ   麦ご飯 チキンナゲット② チキンナゲット,牛肉 牛乳,わかめ 大参,トマト もやし,コーン、ご飯,米粒麦、ビま活を受験,にんにく、砂糖,じゃがいももでして、カ砂糖,じゃがいももでして、カウ糖,じゃがいももでして、カウルのでは、カウルのでは、カウルのでは、カウルのでは、カボミックでは、カボミのでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミックでは、カボミのは、カボ・カボミのは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カルでは、カボ・カでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・カルでは、カボ・	26	水			春雨スープ				り,白菜,た什の		
まご飯 チキンナゲット②				生到.							
27   木   上姜,にんにく、   砂糖,じゃがい   七巻,にんにく、   砂糖,じゃがい   七   七   七   七   七   七   七   七   七											
************************************				麦ご飯	チキンナゲット②	チキンナゲット,牛肉	牛乳,わかめ	人参,トマト			ごま油,油
** 中乳 ビーフカレー   ** ** ** **   ** ** **	,	*			海藻サラダ						
************************************	- '   '	1		•	ビーフカレー				-1-10 C		
イン,コーン, フルーツョーグルトあえ コーン,玉ねぎ				牛乳							
28  金 $ $ ・ $	- 1			米粉パン	かぼちゃひき肉フライ	かぼちゃひき肉フライ,鶏肉,卵	牛乳,ヨーグルト	<b>人参</b> ,パセリ			油
(8 <u>  重                                  </u>	+				フルーツヨーグルトあえ					粉	
	,,,										
牛乳   牛乳	28 :	金		•	とうもろこしのスープ				コーン,玉ねさ		