



昼食のこんだて

児童発達等支援通所事業所
放課後等デイサービス

楽子

ご寄附ありがとうございます！！
お野菜・・・山口ミツノさん
調味料、他食材・・・セカンド・ハーベスト

日	献立名		血や肉になる物	熱や力になる物	体の調子を整える物
4	子どもと作る昼食の日 おにぎり、豚汁	ご飯	豚肉 あげ	米 さつまい芋	大根、人参
6	唐揚げ、磯辺揚げ 味噌汁	ご飯	鶏肉、ちくわ 青のり	米	玉葱、人参、ブロッコリー
7	お弁当の日				
8	ナポリタン、ふかし芋	スパ ゲッティ	ソーセージ	スパゲッティ さつまい芋	玉葱、きのこ、人参、ピーマン
9	エビフライ、味噌汁 サラダ	ご飯	エビ、あげ	米	人参、大根、キャベツ、ブロッコリー
10	煮込みハンバーグ、味噌汁 付け合せ	ご飯	ミンチ わかめ、豆腐	米	人参、玉葱、ブロッコリー、ミニトマト
11	焼きそば、枝豆	中華麺	豚肉	中華麺	キャベツ、人参、ピーマン、枝豆
14	豚汁、野菜天 湯豆腐	ご飯	豚肉、しらす 豆腐	米、さつまい芋	大根、ゴボウ、人参
15	ケチャップライス サラダ	ご飯	鶏肉 魚肉ソーセージ	米	玉葱、人参、ピーマン、きのこ キャベツ、コーン
16	肉じゃが、味噌汁、しらす	ご飯	豚肉、しらす	米、じゃが芋	玉葱、人参
17	お弁当の日				
18	クリームシチュー マカロニサラダ	ご飯	鶏肉	米、マカロニ	玉葱、ピーマン、人参、きのこ キャベツ、コーン
20	カレーライス、サラダ	ご飯	豚肉、 シーチキン	米、じゃが芋	人参、玉葱、ピーマン、きのこ キャベツ
21	にゅう麺、天ぷら	素麺	ささみ、あげ	素麺、さつまい芋	小ねぎ、人参
22	魚フライ、スパサラダ 味噌汁	ご飯	魚 ソーセージ	米 スパゲッティ	コーン、きゅうり、キャベツ、大根
23	そぼろ丼、味噌汁 枝豆	ご飯	ミンチ、卵	米	枝豆、カボチャ、玉葱
24	焼きそば、枝豆	中華麺	豚肉	中華麺	キャベツ、人参、ピーマン、枝豆
25	唐揚げ、コーンスープ サラダ	ご飯	鶏肉	米	コーン、枝豆
27	麻婆豆腐、味噌汁 ふかし芋	ご飯	ミンチ、豆腐	米 さつまい芋	人参、玉葱、ピーマン、大根
28	どんかつ、つけ合わせ みそ汁	ご飯	豚肉、豆腐	米	キャベツ、ブロッコリー
29	肉そうめん、枝豆	ご飯	肉、	素麺、さつまい芋	玉ねぎ、枝豆
30	ハヤシライス マカロニサラダ	ご飯	豚肉 魚肉ソーセージ	米 マカロニ	玉葱、人参、きのこ、ピーマン きゅうり
31	コロッケ、付け合せ 味噌汁	ご飯	ミンチ あげ	米 じゃが芋	玉葱、人参、キャベツ、ブロッコリー

※食材の寄付により変更があります。

※フルーツは毎食つきます。

