

日付	01	02	03	06	07	08
献立名	白飯 牛乳 中華スープ 焼き餃子 チャプチェ	白飯 牛乳 おでん 鱈のねぎ味噌がけ 煮浸し 合格のり	菜飯 牛乳 和風汁 鰯の竜田揚げ 五目大豆	白飯 牛乳 大根の味噌汁 つくね ごま和え	白飯 牛乳 生揚げの味噌汁 鯖の塩焼き こんにゃくの炒め煮	ココア揚げパン 牛乳 冬野菜シチュー かぼちゃサラダ 和風クリームドレッシング
	白飯	白飯	菜飯	白飯	白飯	コッペパン 油 砂糖 ココア
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 液体スープポーク中華 ごま油 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 もやし 豆腐 しいたけ 食塩 こしょう 醤油	水 削節 昆布 清酒 みりん 食塩 醤油 大根 人参 昆布 さつま揚 こんにゃく 竹輪 うずら卵	水 削節 昆布 春雨 うずら卵 かまぼこ 人参 かぶ 白菜 薄口醤油 食塩 みりん あさつき	水 削節 大根 しめじ 油揚げ 若布 味噌 長ねぎ	水 削節 生揚げ 白菜 えのき 味噌 ほうれん草 長ねぎ	油 鶏肉 清酒 味噌 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 白菜 かぶ マッシュルーム ほうれん草 牛乳 バター 小麦粉 食塩 こしょう 生クリーム
	餃子		鰯の竜田揚げ 油	つくね	鯖	油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく ごぼう 人参 しいたけ 醤油 砂糖 みりん いんげん 一味唐辛子
	油 にんにく 豚肉 清酒 春雨 水 液体スープポーク中華 人参 ピーマン にら 砂糖 トウバンジャン ごま油 ごま 醤油 食塩	鱈 油 長ねぎ 味噌 みりん 醤油 ごま 水 砂糖 澱粉	水 削節 大豆 昆布 人参 れんこん ごぼう こんにゃく 砂糖 醤油 みりん	キャベツ 人参 いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま	油 生揚げ 白菜 えのき 味噌 ほうれん草 長ねぎ	かぼちゃ さつま芋 枝豆
		チンゲン菜 もやし 白菜 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお				和風クリームドレッシング
		のり				

日付	09	10	13	14	15	16
献立名	白飯 牛乳 とろろ昆布の味噌汁 ホッケの文化干し がんとどきのうま煮	白飯 牛乳 ポークカレーライス ブロッコリーサラダ デコボン 和風ドレッシング	ミルクパン 牛乳 野菜スープ ハートの海鮮フライ ナポリタンソーテー ハートのショコラケーキ	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 鶏そぼろ丼 かぶのゆかり和え	白飯 牛乳 にら玉汁 鯖の味噌煮 ごぼうのおかか炒め	麦ご飯 牛乳 麻婆豆腐丼 ナムル はるか
材料名	白飯	白飯	ミルクパン	白飯	白飯	麦ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 白菜 玉ねぎ まいたけ 味噌 長ねぎ とろろ昆布	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレールー 中濃ソース ケチャップ 醤油	油 ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう コーン パセリ	水 削節 味噌 豆腐 なめこ 長ねぎ	水 昆布 削節 薄口醤油 食塩 玉ねぎ しいたけ 豆腐 澱粉 卵 長ねぎ にら	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 豆腐 水 液体スープポーク中華 醤油 味噌 テンメンジャン 砂糖 トウバンジャン 澱粉 長ねぎ
	ホッケ	キャベツ コーン ブロッコリー カリフラワー	ハートの海鮮フライ 油	油 生姜 鶏肉 清酒 筍 玉ねぎ 人参 卵 青大豆 醤油 砂糖 食塩 みりん	鯖の味噌煮	大豆もやし もやし 人参 ほうれん草 ぜんまい ごま油 にんにく 生姜 砂糖 醤油 穀物酢 トウバンジャン 食塩
	油 鶏肉 清酒 水 削節 がんとどき 里芋 大根 人参 こんにゃく 砂糖 醤油 みりん	デコボン	油 ウインナー 玉ねぎ マッシュルーム スープストックチキン ケチャップ トマト 中濃ソース 食塩 こしょう スパゲティ	かぶ キャベツ きゅうり 人参 水 砂糖 食塩 醤油 和風だし しそ	ごま油 ごぼう 人参 さつま揚げ 粉かつお 砂糖 みりん 薄口醤油 いんげん	はるか
		和風ドレッシング	ハートのショコラケーキ			

日付	17	20	21	22	23	24
献立名	うどん 牛乳 カレーうどんの汁 竹輪の磯辺揚げ 大根のゆず風味和え	白飯 牛乳 豚汁 タラの和風あんかけ れんこんの梅和え	白飯 牛乳 ゆばの吸物 千草焼き お浸し 卓上醤油 手作りふりかけ	白飯 牛乳 沢煮汁 鮭の塩焼き 炒り豆腐	白飯 牛乳 ハヤシライス キャベツとコーンのソテー りんごゼリー	白飯 牛乳 若布スープ イカのチリソース 線切炒め
材料名	うどん	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ ほうれん草 長ねぎ しいたけ 醤油 みりん カレー粉 カレールウ 澱粉 食塩	油 豚肉 清酒 人参 大根 こんにゃく ごぼう 水 削節 里芋 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 かまぼこ しめじ ゆば 薄口醤油 食塩 長ねぎ ほうれん草	水 削節 豚肉 清酒 人参 ごぼう もやし 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム ハヤシルウ デミソース 中濃ソース ケチャップ 醤油 食塩 こしょう	ごま油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 豆腐 しめじ 若布 ごま 長ねぎ
	竹輪 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	鱈 澱粉 油 清酒 生姜 水 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 人参 玉ねぎ えのき 一味唐辛子	えのき キャベツ 小松菜 人参	油 鶏肉 玉ねぎ 人参 ひじき 豆腐 和風だし 砂糖 食塩 みりん 醤油 卵 枝豆	バター キャベツ エリンギ 人参 コーン ほうれん草 ごま 醤油 食塩	イカ 澱粉 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン 水 ケチャップ 醤油 砂糖 清酒
	大根 人参 きゅうり 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 ゆず	ちりめんじゃこ 清酒 昆布 鰹節 ごま 砂糖 醤油 みりん 穀物酢	卓上醤油			
		れんこん きゅうり 人参 薄口醤油 みりん 清酒 砂糖 梅				りんご
						油 にんにく 生姜 豚肉 人参 ピーマン 筍 もやし オイスターソース 食塩 こしょう トウバンジャン 澱粉 ごま油

日付	27	28				
献立名	白飯 牛乳 どさんこ汁 ワカサギの唐揚げ 鶏肉と大根のさっぱり煮	食パン 牛乳 コーンポタージュ 鶏肉のマスタードソース カラフルソテー				
材料名	白飯	食パン				
	牛乳	牛乳				
	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 じゃがいも 水 削節 コーン 味噌 長ねぎ バター 醤油	バター 玉ねぎ 水 液体スープチキン 牛乳 コーン 生クリーム 食塩 こしょう パセリ				
	ワカサギ 食塩 こしょう 澱粉 油	鶏肉 食塩 こしょう 水 はちみつ 醤油 澱粉 砂糖 マスタード レモン				
	水 削節 油 鶏肉 清酒 大根 筍 人参 砂糖 醤油 みりん 穀物酢 いんげん 食塩	ベーコン にんにく 玉ねぎ キャベツ エリンギ 赤ピーマン 黄ピーマン 食塩 こしょう スープストックチキン				