

日付	03	04	05	06	07	11
献立名	コッペパン 牛乳 コーンチャウダー ロングウインナーのケチャップソース カラフルソテー	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 鰯の甘露煮 煮浸し	サフランライス 牛乳 オニオンスープ チリミート みかん	白飯 牛乳 海老しんじょの吸物 里芋のそぼろあん 磯辺和え 卓上醤油・刻みのり	白飯 牛乳 豚汁 鶏そぼろ丼 野菜の胡麻酢和え 多摩市産ブルーベリーゼリー	丸パン 牛乳 海鮮ミネストローネ メンチカツ ジャーマンポテト 卓上ソース
材料名	パン	米	サフランライス	米	米	パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 じゃがいも マッシュルーム コーン コーン 水 液体スープチキン 牛乳 豆乳 油 バター 小麦粉 チーズ 生クリーム 食塩 こしょう	水 削節 大根 人参 ごぼう れんこん 豆腐 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう パセリ	水 削節 昆布 人参 筍 海老しんじょ 清酒 食塩 薄口醤油 若布 長ねぎ	水 削節 豚肉 清酒 人参 大根 こんにゃく ごぼう 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく エビ イカ 赤ワイン 玉ねぎ 人参 セロリー 水 液体スープチキン ローレル ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ いんげん オレガノ
	ウインナー 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖	鰯の甘露煮	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 大豆 玉ねぎ 人参 ローレル オレガノ 食塩 こしょう トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 チリパウダー パプリカ 澱粉	里芋 油 油 生姜 鶏肉 清酒 水 和風だし 砂糖 みりん 味噌 醤油 澱粉 グリーンピース	油 鶏肉 筍 卵 青大豆 生姜 玉ねぎ 醤油 砂糖 食塩 清酒 みりん	メンチカツ 油
	ベーコン キャベツ 玉ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン 醤油 食塩 こしょう ガーリックパウダー	白菜 えのき チンゲン菜 もやし みりん 醤油 食塩 粉かつお	みかん	ほうれん草 もやし キャベツ 人参	もやし 人参 キャベツ いんげん 醤油 砂糖 穀物酢 ごま 食塩 多摩市産ブルーベリーゼリー	じゃがいも ベーコン 玉ねぎ バター 食塩 こしょう スーパーストックチキン マスタード パセリ
				卓上醤油		卓上中濃ソース
				のり		

日付	12	13	14	17	18	19
献立名	さつま芋ご飯 牛乳 白玉汁 鯖の文化干し れんこんの金平	白飯 牛乳 ハッシュドポーク グリーンサラダ りんご 玉ねぎドレッシング	白飯 牛乳 中華風卵スープ ホキの甘酢あんかけ 豚肉と小松菜のピリ辛炒め	白飯 牛乳 きのこの味噌汁 鱈フライ 昆布の炒め物 卓上ソース	食パン 牛乳 野菜スープ 鶏肉のオニオンソース スイートポテト	白飯 牛乳 吉野汁 鯖のゆず味噌がけ 水菜と油揚げの炊いたん
材料名	さつま芋ご飯	米	米	米	パン	米
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 人参 食塩 薄口醤油 白菜 白玉 長ねぎ 小松菜	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム しめじ 水 液体スープチキン 油 バター 小麦粉 デミソース ケチャップ	水 液体スープチキン 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 筍 しいたけ 食塩 こしょう 醤油 澱粉 卵 レタス	水 削節 白菜 エリンギ しめじ えのき 味噌 味噌 長ねぎ 鱈フライ 油	ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン 赤ピーマン キャベツ 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 大根 人参 しいたけ みりん 醤油 食塩 長ねぎ 小松菜 澱粉
	鯖(文化干し)	トマト 中濃ソース 醤油 食塩 こしょう グリーンピース	ホキ 澱粉 油 水 玉ねぎ えのき 砂糖 醤油 穀物酢 食塩 澱粉	ごま油 しいたけ 人参 筍 昆布 さつま揚 水 和風だし 醤油 砂糖 みりん いんげん	鶏肉 食塩 こしょう 油 生姜 にんにく 玉ねぎ 清酒 ウスターソース りんご 醤油 砂糖 水	鯖 水 味噌 醤油 砂糖 みりん ゆず 澱粉
	ごま油 ごぼう れんこん 人参 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 ごま	キャベツ きゅうり 人参 枝豆	油 にんにく 豚肉 人参 大豆もやし 食塩 砂糖 清酒 オイスターソース トウバンジャン 小松菜 ごま油 澱粉	卓上中濃ソース	さつま芋 バター 砂糖 牛乳 生クリーム	水 削節 油揚げ かぶ 水菜 人参 清酒 砂糖 みりん 薄口醤油 食塩
		りんご				
		玉ねぎドレッシング				

日付	20	21	24	25	26	27
献立名	白飯 牛乳 ポークカレーライス 莖若布サラダ・イタリアンドレッシング みかん	白飯 牛乳 白菜の味噌汁 秋刀魚のおろしがけ ひじきの煮物	白飯 牛乳 キムチ卵スープ チャプチェ ナムル	白飯 牛乳 大根の味噌汁 鱈の和風あんかけ 玉ねぎの卵とじ	コーン食パン 牛乳 スペイン風にんにくスープ スパニッシュオムレツ スペイン風ラタトゥイユ	おにぎり(若布・おかか)、若布ご飯 筑前煮 鶏肉の唐揚げ 即席漬け 緑茶
材料名	米	米	米	米	コーン食パン	小学生:おにぎり(若布・おかか) 中学生:若布ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	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 りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ	水 削節 生揚げ 白菜 しめじ 味噌 味噌 長ねぎ	ごま油 清酒 こしょう 水 液体スープポーク中華 豆腐 えのき 白菜 キムチ 味噌 醤油 食塩 卵 長ねぎ	水 削節 大根 しめじ 油揚げ 若布 味噌 味噌 長ねぎ	油 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 赤ピーマン 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう パセリ	油 生姜 鶏肉 清酒 水 削節 みりん 醤油 砂糖 ごぼう こんにゃく 人参 しいたけ 砂糖 里芋 いんげん
	莖若布 人参 コーン きゅうり 大根	秋刀魚 醤油 みりん 清酒 和風だし 水 大根 砂糖	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	鱈 澱粉 油 清酒 生姜 水 砂糖 みりん 醤油 人参 玉ねぎ 一味唐辛子 澱粉	スパニッシュオムレツ	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油
	みかん	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん さつま揚	大豆 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	鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 食塩 醤油 卵 枝豆	オリーブオイル にんにく ウインナー 清酒 玉ねぎ なす ズッキーニ ピーマン 黄ピーマン トマト コンソメ オレガノ 砂糖 食塩 こしょう 澱粉	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油
	イタリアンドレッシング	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん さつま揚	大豆 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	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		緑茶

日付	28	31				
献立名	中華麺 牛乳 坦々麺 焼き餃子 りんご	ケチャップ味ご飯 牛乳 チキンクリームライス かぼちゃコロッケ 大根サラダ 和風ドレッシング				
	麺	ケチャップ味ご飯				
	牛乳	牛乳				
	ごま油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 人参 筍 しいたけ もやし 水 液体スープチキン 味噌 トウバンジャン ごま 醤油 チンゲン菜 長ねぎ ごま 澱粉	油 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ 人参 じゃがいも マッシュルーム 水 液体スープチキン 牛乳 豆乳 食塩 こしょう 油 バター 小麦粉 チーズ 生クリーム パセリ				
	餃子	かぼちゃコロッケ 油				
	りんご	大根 きゅうり コーン				
		和風ドレッシング				