

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

	10	11	12	13	16	17	
献立名	白飯 牛乳 ハッシュドポーク カラフルサラダ ぼんかん イタリアンドレッシング	白飯 牛乳 卵と若布のスープ 春巻 豚肉と大根の中華煮	梅かおりご飯 牛乳 七草汁 鱈の西京焼き にらともやしの炒め物	フレッシュロール 牛乳 ミネストローネ 鶏肉のバジリコ揚げ チンゲン菜と卵のソテー	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 ブリの照焼き 肉じゃが	麦ご飯 牛乳 豚キムチ丼 シルバーサラダ フルーツ杏仁 中華ドレッシング	
材料名	白飯	白飯	梅かおりご飯	フレッシュロール	白飯	麦ご飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン じゃがいも 油 バター 小麦粉 デミソース ケチャップ トマト トンカツソース 醤油 食塩 こしょう グリーンピース	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 しめじ 豆腐 醤油 食塩 こしょう ごま 澱粉 卵 若布 長ねぎ ごま油	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 人参 大根 かぶ 白菜 せり 醤油 食塩	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン セロリー ローレル オレガノ ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ マカロニ	水 削節 かぶ しめじ 生揚げ 味噌 味噌 長ねぎ	ごま油 にんにく 豚肉 清酒 長ねぎ 白菜 人参 筍 えのき キムチ 水 砂糖 醤油 コチュジャン ごま 澱粉 にら 食塩	
	キャベツ ほうれん草 人参 コーン	油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華	油 豚肉 清酒 もやし 人参 食塩 醤油 砂糖 コチュジャン にら 澱粉	鶏肉 バジリコ 食塩 こしょう 小麦粉 水 油	ブリの照焼き	水 削節 油 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ じゃがいも こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース	キャベツ 赤ピーマン コーン しらたき
	ぼんかん	油 生薑 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 大根 砂糖 みりん オイスターソース 醤油 いんげん 澱粉 ごま油					杏仁寒天 桃 みかん りんご
	イタリアンドレッシング						中華ドレッシング

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

	18	19	20	23	24	25
献立名	白飯 牛乳 けんちん汁 鱈の唐揚げ甘辛ダレ キャベツのレモン醤油和え	白飯 牛乳 ポークカレーライス 三色サラダ スイートスプリング 青じそドレッシング	白飯 牛乳 根菜の胡麻汁 鮭の和風あんかけ ひじきの煮物	白飯 牛乳 そばろ汁 ワカサギの南蛮揚げ 白菜のゆず風味	白飯 牛乳 吉野汁 ゼリーフライ 細切り昆布の炒め物 卓上ソース	白飯 牛乳 原峰のかおりの味噌汁 鱈の塩焼き 明日葉入りお浸し 卓上醤油
材料名	白飯	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 大根 人参 ごぼう しいたけ 里芋 こんにゃく 食塩 醤油 豆腐 長ねぎ	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 カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 油 生姜 鶏肉 清酒 人参 味噌 ごま ごまぎ 長ねぎ	水 削節 油 生姜 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ かぶ 薄口醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	水 削節 鶏肉 清酒 大根 人参 まいたけ みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ 小松菜	水 削節 なめこ 豆腐 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ
	鱈 油 水 ごま油 生姜 清酒 砂糖 みりん 醤油 ごま 澱粉	ブロccoli キャベツ コーン 赤ピーマン	鮭 水 人参 えのき まいたけ 砂糖 醤油 食塩 穀物酢 澱粉	ワカサギ 澱粉 油 ごま油 生姜 長ねぎ 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子	ゼリーフライ 油	鱈の塩焼き
	キャベツ 人参 小松菜 レモン 砂糖 醤油 清酒 食塩	スイートスプリング	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん 枝豆 コーン 砂糖 みりん 醤油	白菜 人参 もやし 油揚げ 水 削節 みりん 食塩 薄口醤油 ゆず	ごま油 生姜 豚肉 清酒 しいたけ 人参 筍 昆布 和風だし 砂糖 みりん 醤油 いんげん	明日葉 もやし キャベツ 人参
		青じそドレッシング			卓上醤油	
					卓上中濃ソース	

平成 28 年度 1 月分 献立一覧表

	26	27	30	31		
献立名	白飯 牛乳 すいとん汁 鶏肉の唐揚げ 即席漬け	中華麺 牛乳 味噌ラーメンスープ 焼きシューマイ オーロラソース炒め	白飯 牛乳 すき焼き丼 野菜の胡麻酢あえ りんご	コッペパン 牛乳 カレーシチュー ロングウインナーのケチャップソース キャベツソテー		
材料名	白飯	中華麺	白飯	コッペパン		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 大根 人参 里芋 しいたけ 食塩 醤油 すいとん 長ねぎ	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 食塩 こしょう 水 液体スープポーク中華 人参 もやし コーン なると 味噌 コチュジャン 醤油 長ねぎ にら	削節 水 油 豚肉 清酒 しいたけ 玉ねぎ 人参 豆腐 しらたき 長ねぎ 白菜 砂糖 みりん 醤油 食塩	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 マッシュルーム マカロニ 水 スープストックチキン カレールウ 豆乳 牛乳 食塩 こしょう 生クリーム パセリ		
	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	シューマイ	もやし 人参 キャベツ 砂糖 醤油 穀物酢 ごま 食塩 ごま油	ウインナー 玉ねぎ 水 トマト ケチャップ 中濃ソース 砂糖		
	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 ごま	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 キャベツ ブロッコリー イカ 赤ピーマン 液体スープポーク中華 ケチャップ ノンエッグマヨネーズ 中濃ソース 食塩 こしょう	りんご	油 ベーコン 清酒 キャベツ 人参 コーン 食塩 醤油 こしょう ガーリックパウダー		