

献立名	01	02	05	06	07	08	
	ココアトースト 牛乳 トマトシチュー カラフルソテー	白飯 牛乳 豆腐の味噌汁 竹輪の磯辺揚げ お浸し 卓上醤油	黒米ご飯 牛乳 根菜の味噌汁 カレイの和風あんかけ かむカムサラダ 和風ドレッシング	コッペパン 牛乳 野菜スープ ロングウインナーのカレーソース アスパラと卵のソテー	白飯 牛乳 和風汁 鶏そぼろ丼 びわ	梅ちりご飯 牛乳 もずくの味噌汁 鯿フライ 煮浸し 卓上ソース	
材料名	パン バター 砂糖 ココア	米	黒米ご飯	パン	米	梅ちりご飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 にんにく 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン じゃがいも マッシュルーム ケチャップ トマト トマト トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	水 削節 しめじ 若布 味噌 味噌 豆腐 長ねぎ	水 削節 かぶ 人参 ごぼう 里芋 豆腐 味噌 味噌 味噌 長ねぎ	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう コーン レタス	水 削節 昆布 春雨 かまぼこ 人参 大根 薄口醤油 食塩 みりん 小松菜 澱粉	水 削節 しめじ 豆腐 もずく 味噌 味噌 小松菜	鯿フライ 油
		竹輪 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	カレイ 澱粉 油 清酒 生姜 水 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 玉ねぎ 一味唐辛子 澱粉	ウインナー 玉ねぎ 水 カレー粉 ケチャップ ウスターソース	油 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 卵 青大豆 醤油 砂糖 食塩 みりん	人参 キャベツ えのき ほうれん草 みりん 醤油 食塩 粉かつお	卓上中濃ソース
		えのき キャベツ 小松菜 人参		油 ベーコン アスパラガス 人参 赤ピーマン キャベツ 卵 食塩 こしょう スープストックチキン	油 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 卵 青大豆 醤油 砂糖 食塩 みりん		
		卓上醤油		油 ベーコン アスパラガス 人参 赤ピーマン キャベツ 卵 食塩 こしょう スープストックチキン	油 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 卵 青大豆 醤油 砂糖 食塩 みりん		
			切干大根 茎若布 人参 きゅうり もやし		油 ベーコン アスパラガス 人参 赤ピーマン キャベツ 卵 食塩 こしょう スープストックチキン	びわ	
			和風ドレッシング				

日付	19	20	21	22	23	26	
献立名	白飯 牛乳 華風コーンスープ 酢豚 あじさいゼリー	白飯 牛乳 じゃがべえ汁 鯖の塩焼き 金平ごぼう	ソフトフランスパン 牛乳 ヌードルスープ スパニッシュオムレツ ラタトゥイユ	白飯 牛乳 なす入り麻婆豆腐丼 チンゲン菜の中華炒め すいか	白飯 牛乳 呉汁 鰯の蒲焼き 小松菜のみぞれ煮	白飯 牛乳 若布スープ イカのチリソース 生揚げのオイスター炒め	
材料名	米	米	パン	米	米	米	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 きくらげ 食塩 こしょう 醤油 コーン コーン 澱粉 卵 みつば	ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 じゃがいも こんにゃく 水 削節 味噌 あさつき バター 醤油	水 液体スープチキン 鶏肉 人参 もやし 水菜 玉ねぎ エビ マッシュルーム 清酒 醤油 食塩 こしょう ライスヌードル	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 こしょう 玉ねぎ 人参 豆腐 豆腐 なす 水 液体スープポーク中華 醤油 味噌 テンメンジャン 砂糖 澱粉 ごま油	水 削節 大根 人参 こんにゃく 里芋 油揚げ 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	ごま油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 もやし しいたけ 若布 長ねぎ ごま	
	豚肉 澱粉 油 油 生姜 人参 玉ねぎ 筍 ピーマン しいたけ 砂糖 醤油 清酒 ケチャップ 穀物酢 澱粉	鯖(薄塩)	スパニッシュオムレツ	オリーブオイル にんにく ベーコン ウインナー 清酒 玉ねぎ 人参 ズッキーニ なす トマト 液体スープチキン オレガノ 砂糖 食塩 こしょう 澱粉	油 チンゲン菜 人参 しめじ もやし 筍 スープストックチキン 薄口醤油 食塩 澱粉	鰯 澱粉 油 水 生姜 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉	イカ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉
	あじさいゼリー	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			油 チンゲン菜 人参 しめじ もやし 筍 スープストックチキン 薄口醤油 食塩 澱粉	水 削節 小松菜 人参 もやし 大根 醤油 みりん 食塩	油 にんにく 生姜 人参 筍 生揚げ チンゲン菜 清酒 液体スープポーク中華 醤油 砂糖 オイスターソース 食塩 澱粉
					すいか		

日付	27	28	29	30			
献立名	スパゲティ 牛乳 スパゲティクリームソース 寒天サラダ 河内晩柑 玉ねぎドレッシング	白飯 牛乳 豚汁 チキンチキンごぼう 水菜と油揚げの炊いたん	白飯 牛乳 吉野汁 鯖のゆず味噌がけ 野菜のごま和え	白飯 牛乳 ポークカレーライス グリーンサラダ メロン フレンチドレッシング			
	スパゲッティ	米	米	米			
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
	油 鮭 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン キャベツ マッシュルーム アスパラガス 牛乳 バター 油 小麦粉 食塩 こしょう 生クリーム	水 削節 豚肉 清酒 人参 大根 こんにゃく 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 人参 しいたけ 豆腐 みりん 醤油 食塩 長ねぎ 小松菜 澱粉	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 醤油			
	寒天 人参 コーン きゅうり 大根	鶏肉 ごぼう 澱粉 油 砂糖 醤油 清酒 みりん 水 枝豆	鯖 水 味噌 醤油 砂糖 みりん ゆず 澱粉	キャベツ きゅうり 青大豆			
	河内晩柑	水 削節 油揚げ かぶ 人参 水菜 清酒 砂糖 みりん 薄口醤油 食塩	キャベツ 人参 いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま ごま	メロン			
	玉ねぎドレッシング			フレンチドレッシング			