

日付	1	2	5	6	7	8	
献立名	白飯 牛乳 豆腐の味噌汁 竹輪の磯辺揚げ お浸し 卓上醤油	カレー味ご飯 ブイヨンスープ ドライカレーライス ポテトサラダ バナラアイス りんごジュース 卓上ノンエッグマヨネーズ	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 あおさの味噌汁 鶏肉の照焼きソース いんげんのひき肉炒め	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	
材料名	白飯	白飯	黒米ご飯	食パン バター 砂糖 ココア	白飯	白飯	
	牛乳	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう キャベツ パセリ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 しめじ 若布 味噌 豆腐 長ねぎ	水 削節 かぶ 人参 ごぼう 里芋 豆腐 味噌 長ねぎ	水 削節 かぶ 人参 ごぼう 里芋 豆腐 味噌 長ねぎ	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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	水 削節 キャベツ えのき 豆腐 味噌 長ねぎ あおさ	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 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	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油
	竹輪 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	油 生姜 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 醤油	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	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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	鶏肉 食塩 こしょう 生姜 水 醤油 砂糖 みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
	えのき キャベツ 小松菜 人参	人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン 醤油	砂糖 みりん 醤油 穀物酢 玉ねぎ 一味唐辛子 澱粉	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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
	卓上醤油	ウスターソース ケチャップ デミソース カレールウ 食塩 こしょう 砂糖	切干大根 茎若布 人参 きゅうり もやし	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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
		じゃがいも きゅうり 人参 コーン	和風ドレッシング	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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
		バナラアイス		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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
		りんごジュース		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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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
		ノンエッグマヨネーズ		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 トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう	みりん 清酒 澱粉	油 生姜 にんにく 長ねぎ トウバンジャン 豚肉 清酒 いんげん キャベツ 味噌 砂糖 醤油	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

日付	9	12	13	14	15	16
献立名	梅ちりご飯 牛乳 もずくの味噌汁 鰯フライ 煮浸し 卓上ソース	白飯 牛乳 なすの味噌汁 焼きシシヤモ 親子煮	白飯 牛乳 タッカルビ風スープ チャブチェ 炒めナムル	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 呉汁 鰯の蒲焼き 小松菜のみぞれ煮	中華麺 牛乳 味噌ラーメンのスープ 焼き餃子 きゅうりと大根のサラダ 中華ドレッシング
材料名	梅ちりご飯	白飯	白飯	コッペパン	白飯	中華麺
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 しめじ 豆腐 もずく 味噌 小松菜	水 削節 なす 豆腐 しめじ 味噌 小松菜 長ねぎ	ごま油 にんにく 鶏肉 清酒 水 液体スープポーク中華 玉ねぎ にら しいたけ 醤油 食塩 コチュジャン 砂糖 キャベツ	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 大根 人参 こんにゃく 里芋 油揚げ 味噌 大豆 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 人参 にら コーン 水 液体スープポーク中華 もやし なると 味噌 コチュジャン 醤油 ごま
	鰯フライ 油	シシヤモ		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	鰯 澱粉 油 水 生姜 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉	餃子
	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	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 人参 水 削節 砂糖 みりん 清酒 醤油 食塩 卵 グリーンピース	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 あさつき 砂糖 トウバンジャン ごま油 ごま 醤油 食塩	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	水 削節 小松菜 人参 もやし 大根 醤油 みりん 食塩	きゅうり 大根 人参
	卓上中濃ソース					中華ドレッシング
				ごま油 生姜 にんにく 人参 大豆もやし もやし ほうれん草 ぜんまい 砂糖 醤油		

日付	19	20	21	22	23	26
献立名	ミルクパン 牛乳 リボンマカロニスープ 鱈のバジルマヨネーズソース アスパラサラダ イタリアンドレッシング	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 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	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	白飯 牛乳 吉野汁 鱈のゆず味噌がけ 野菜のごま和え	白飯 牛乳 和風汁 鶏そぼろ丼 びわ
材料名	ミルクパン	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 食塩 こしょう レタス コーン マカロニ	水 削節 豚肉 清酒 人参 大根 こんにゃく 里芋 味噌 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 りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	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	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 水 しいたけ 豆腐 みりん 醤油 食塩 長ねぎ 小松菜 澱粉	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
	鱈 食塩 こしょう 澱粉 油 ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジリコ 澱粉	鶏肉 ごぼう 澱粉 油 砂糖 醤油 清酒 みりん 水 枝豆	キャベツ きゅうり 青大豆	イカ 澱粉 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	鱈 水 味噌 醤油 砂糖 みりん ゆず 澱粉	油 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 卵 青大豆 醤油 砂糖 みりん 食塩
	アスパラガス キャベツ きゅうり	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	メロン	フレンチ白ドレッシング	キャベツ 人参 いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま	びわ
	イタリアンドレッシング					
					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	

日付	27	28	29	30		
献立名	白飯 牛乳 じゃがべえ汁 鯖の塩焼き 金平ごぼう	白飯 牛乳 華風コーンスープ 酢豚 あじさいゼリー	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	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		
材料名	白飯	白飯	スパゲティ	ソフトフランスパン		
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		
	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 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 きくらげ 食塩 こしょう 醤油 コーン 澱粉 卵 みつば	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 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		
	鯖			スパニッシュオムレツ		
	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	豚肉 澱粉 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	寒天 人参 コーン きゅうり 大根	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		
		あじさいゼリー	河内晩柑 玉ねぎドレッシング			