



日付	10	13	14	15	16	17
献立名	コッペパン 牛乳 オニオンスープ ロングウインナーのカレーソース キャベツと卵のソテー	白飯 牛乳 若布スープ ガパオライス みかん	白飯 牛乳 和風汁 ブリの照焼きソース 里芋の味噌煮	白飯 牛乳 五目スープ 酢豚 ラフランスゼリー	白飯 牛乳 ハッシュドポーク ブロッコリーサラダ りんご ソイドレッシング	白飯 牛乳 吉野汁 鯖のねぎ味噌がけ ひじきの煮物
材料名	コッペパン	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 水 チキンブイヨン 人参 マッシュルーム 食塩 こしょう コーン	ベーコン 清酒 玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 豆腐 醤油 しめじ 若布 食塩 こしょう ごま 長ねぎ ごま油	水 削節 昆布 人参 白菜 かまぼこ うずら卵 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 あさつき 澱粉	ごま油 鶏肉 清酒 水 液体スープポーク中華 なると 人参 白菜 しめじ もやし 醤油 食塩 長ねぎ	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 食塩 こしょう 水 液体スープチキン 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 グリーンピース	水 削節 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ 豆腐 みりん 醤油 食塩 澱粉 小松菜
	ウインナー 玉ねぎ カレー粉 ケチャップ ウスターソース 水 澱粉	油 生姜 にんにく 鶏肉 食塩 清酒 筍 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 みりん オイスターソース バジリコ ピーマン	鰯 ごま油 生姜 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 澱粉	豚肉 澱粉 油 生姜 玉ねぎ 人参 筍 しいたけ 砂糖 醤油 清酒 ケチャップ 穀物酢 ピーマン 澱粉	キャベツ ブロッコリー カリフラワー コーン	鯖 油 長ねぎ 水 砂糖 みりん 味噌 醤油 ごま 一味唐辛子 澱粉
	ベーコン 人参 キャベツ 卵 食塩 こしょう スープストックチキン いんげん 赤ピーマン 油	みかん	水 削節 里芋 人参 大根 がんもどき 清酒 砂糖 みりん 味噌 醤油 いんげん	ラ・フランスゼリー	りんご ソイドレッシング	水 削節 ひじき 人参 れんこん さつま揚 枝豆 しいたけ 砂糖 みりん 醤油

日付	20	21	22	24	27	28
献立名	ナン 牛乳 キーマカレー グリーンサラダ フルーツ白玉 サウザンドレッシング	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 鮭の和風あんかけ 金平ごぼう	梅かおりご飯 牛乳 おでん イカの磯辺揚げ 煮浸し	白飯 牛乳 沢煮汁 鰯のごまネーズ焼き 肉じゃが	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 鶏肉の唐揚げ 炒り豆腐	白飯 牛乳 大根の味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 即席漬け
材料名	ナン	白飯	梅かおりご飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 生姜 にんにく 豚肉 ガラムマサラ 食塩 こしょう 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 ウスターソース ケチャップ デミソース カレールウ 澱粉	水 削節 しめじ かぶ 味噌 小松菜 長ねぎ	水 削節 昆布 醤油 食塩 清酒 みりん 昆布 さつま揚 大根 人参 竹輪 こんにやく うずら卵	水 昆布 削節 鶏肉 清酒 人参 しいたけ 大根 もやし 醤油 食塩	水 削節 大根 人参 ごぼう 里芋 こんにやく 味噌 長ねぎ	水 削節 大根 しめじ 味噌 長ねぎ 板ふ
	キャベツ きゅうり コーン	鮭 生姜 玉ねぎ 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 澱粉	イカ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	鰯 水 砂糖 みりん 味噌 ノンエッグマヨネーズ 醤油 ごま 澱粉	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 みりん 砂糖 醤油 オイスターソース にら 食塩
	白玉 桃 みかん りんご	ごま油 豚肉 清酒 ごぼう 人参 れんこん こんにやく 枝豆 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子	もやし 人参 白菜 えのき みりん 醤油 食塩 粉かつお	水 削節 油 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ じゃがいも こんにやく 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース	油 玉ねぎ 人参 ひじき 豆腐 和風だし 砂糖 食塩 みりん 薄口醤油 卵 枝豆	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油
	サウザンドレッシング					

日付	29	30					
献立名	白飯 牛乳 スープフォー 春巻 生揚げのオイスター炒め	白飯 牛乳 すき焼き丼 胡麻和え りんご					
材料名	白飯	白飯					
	牛乳	牛乳					
	水 液体スープチキン 鶏肉 清酒 人参 玉ねぎ しいたけ もやし 薄口醤油 食塩 こしょう フォー みつば	水 削節 油 豚肉 清酒 食塩 玉ねぎ 人参 豆腐 しらたき 白菜 長ねぎ しいたけ 砂糖 みりん 醤油					
	春巻 油	キャベツ 人参 いんげん 切干大根 砂糖 みりん 醤油 ごま					
	油 にんにく 生姜 筍 生揚げ 長ねぎ 液体スープポーク中華 砂糖 醤油 オイスターソース 食塩 チンゲン菜 澱粉 人参	りんご					