

献立名	01	02	05	06	07	08	
	中華麺 牛乳 あんかけ焼きそば 切干大根の中華炒め デコポン	白飯 牛乳 かまぼこの吸物 鰯の梅煮 れんこんの塩きんぴら	白飯 牛乳 若布と小松菜の味噌汁 豆腐ハンバーグおろしソース きのこのバター醤油	白飯 牛乳 ポークカレーライス 豚カツ シルバーサラダ 青じそドレッシング	ゆかりご飯 牛乳 かぶの味噌汁 イカの磯辺揚げ 五目金平	白飯 牛乳 にらの吸物 鯖のちゃんちゃん焼き ひじきの胡麻和え	
材料名	中華麺	白飯	白飯	白飯	ゆかりご飯	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 生姜 豚肉 清酒 人参 筍 しいたけ なると うずら卵 液体スープポーク中華 水 砂糖 食塩 醤油 こしょう オイスターソース 白菜 イカ エビ 清酒 澱粉	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 豆腐 かまぼこ 食塩 薄口醤油 みりん 白菜 長ねぎ 小松菜	水 削節 昆布 人参 えのき 味噌 白菜 小松菜 若布	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 食塩 こしょう じゃがいも カレールー 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 かぶ しめじ 味噌 大豆 長ねぎ	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 玉ねぎ まいたけ 薄口醤油 食塩 長ねぎ にら	鯖 油 玉ねぎ 人参 えのき 水 砂糖 みりん 醤油 バター 澱粉
	ごま油 にんにく 鶏肉 清酒 切干大根 人参 エリンギ 液体スープポーク中華 きくらげ 砂糖 コチュジャン 醤油 いんげん ごま油 食塩	鰯の梅煮	豆腐ハンバーグ 大根 水 和風だし 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 澱粉	豚カツ 油	イカ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	ごま油 ごぼう 人参 れんこん 茎若布 みりん 砂糖 醤油 青大豆 一味唐辛子	ひじき 大根 もやし 人参 いんげん 砂糖 みりん 醤油 ごま
	デコポン	ベーコン れんこん 人参 筍 砂糖 スープストックチキン 食塩 黒こしょう アスパラガス 油	ベーコン 玉ねぎ 人参 コーン スープストックチキン 食塩 こしょう 醤油 しめじ エリンギ まいたけ 油 バター	キャベツ 赤ピーマン コーン しらたき	青じそドレッシング		

日付	09	13	14	15	16	19
献立名	白飯 牛乳 ワンタンスープ 鶏肉のチリソース ナムル ナムルドレッシング	ココア食パン 牛乳 トマトシチュー ハートコロッケ ガーリック野菜ソテー	白飯 牛乳 吉野汁 焼きシヤモ にらともやしの炒め物	白飯 牛乳 五日スープ 春巻 豚肉と大根の中華煮	ダイスチーズパン 牛乳 大麦入りマカロニスープ 鶏のハーブ焼き チンゲン菜とエビのソテー	白飯 牛乳 生揚げの味噌汁 シイラの唐揚げ甘辛だれ 白菜のゆず風味
材料名	白飯	ココア食パン	白飯	白飯	ダイスチーズパン	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 玉ねぎ しいたけ うずら卵 食塩 こしょう 醤油 長ねぎ ワンタン チンゲン菜 ごま油	油 鶏肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム しめじ いんげん豆 じゃがいも ケチャップ トマト トンカツソース ハヤシルウ デミソース 砂糖 食塩 こしょう	水 削節 昆布 鶏肉 清酒 大根 人参 しいたけ 里芋 豆腐 みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	油 鶏肉 清酒 水 液体スープポーク中華 筍 しいたけ 人参 なると 白菜 醤油 食塩 長ねぎ	オリーブオイル ベーコン 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 キャベツ 大麦 マカロニ	水 削節 玉ねぎ 人参 えのき 生揚げ 味噌 大豆 ほうれん草
	鶏肉 食塩 こしょう 澱粉 油 にんにく 生姜 トウバンジャン 玉ねぎ 水 砂糖 ケチャップ 醤油 澱粉	油 にんにく ベーコン キャベツ 黄ピーマン 人参 スープストックチキン 食塩 こしょう ガーリックパウダー	シヤモ	春巻 油	鶏肉 食塩 こしょう ガーリックパウダー バジリコ	シイラ 食塩 こしょう 澱粉 油 ごま油 生姜 清酒 水 砂糖 みりん 醤油 ごま 澱粉 一味唐辛子
	大豆もやし もやし ぜんまい 人参 ほうれん草		油 豚肉 清酒 筍 もやし 砂糖 食塩 こしょう 醤油 コチュジャン 澱粉 人参 にら	ごま油 生姜 豚肉 清酒 液体スープポーク中華 人参 大根 みりん オイスターソース 醤油 いんげん 澱粉 水 食塩	油 エリンギ 筍 醤油 食塩 こしょう エビ コーン チンゲン菜 人参	白菜 人参 もやし 水 削節 食塩 薄口醤油 みりん ゆず
	ナムルドレッシング					

日付	20	21	22	23	26	27	
献立名	カレー味ご飯 牛乳 チキンクリームライス シーザーサラダ りんご シーザードレッシング	白飯 牛乳 根菜のごま汁 親子丼 きゃべつのゆかり和え	黒砂糖食パン 牛乳 野菜スープ ホキフライバジルマヨソース ブロッコリーと豆のサラダ イタリアンドレッシング	白飯 牛乳 沢煮汁 肉野菜炒め 昆布の炒め煮	白飯 牛乳 ハヤシライス キャベツソテー はるか	白飯 牛乳 あおさの味噌汁 鱈の香味だれ 炒り豆腐	
材料名	カレー味ご飯	白飯	黒砂糖食パン	白飯	白飯	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 鶏肉 白ワイン 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 牛乳 食塩 こしょう 油 バター 小麦粉 チーズ	水 削節 大根 人参 ごぼう 油揚げ 味噌 みりん ごま 大豆 小松菜 長ねぎ	油 鶏肉 清酒 チキンブイヨン 水 玉ねぎ 人参 食塩 こしょう キャベツ コーン 黄ピーマン	水 削節 鶏肉 清酒 ごぼう 大根 もやし 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム ハヤシルウ デミソース 中濃ソース ケチャップ 醤油 食塩 こしょう	水 削節 えのき 味噌 白菜 小松菜 長ねぎ あおさ	鱈 油 生姜 玉ねぎ 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 澱粉 食塩
	キャベツ きゅうり 人参 ほうれん草	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しいたけ しらたき 水 昆布 削節 砂糖 みりん	ホキフライ 油 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 ノンエッグマヨネーズ 薄口醤油 バジリコ 澱粉	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ きくらげ スープストックチキン 砂糖 醤油 食塩 澱粉 キャベツ 人参 ピーマン ごま油	ベーコン 玉ねぎ キャベツ コーン スープストックチキン 食塩 こしょう 醤油 ほうれん草	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 ひじき 豆腐 和風だし 砂糖 みりん 薄口醤油 食塩 青大豆 卵	
	りんご	砂糖 みりん	ブロッコリー ひよこ豆 青大豆 コーン きゅうり		はるか		
	シーザードレッシング	醤油 食塩 澱粉 卵 グリーンピース	イタリアンドレッシング				
		キャベツ きゅうり 人参 食塩 和風だし 醤油 砂糖 しそ 水					
					油 筍 しいたけ 人参 昆布 削節 水 砂糖 みりん 醤油 油揚げ いんげん		

献立名	白飯 牛乳 大根のトロミスープ 焼きシューマイ キムチ炒め										
	白飯										
	牛乳										
	水 液体スープ ポーク中華 大根 人参 しいたけ かまぼこ オイスターソース 醤油 食塩 こしょう 澱粉 春雨 チンゲン菜										
	シューマイ										
	ごま油 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 人参 キムチ 砂糖 醤油 コチュジャン 澱粉 キャベツ にら ごま										

材料名