

日付	01	02	05	06	07	08
献立名	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 五目スープ 春巻 豚肉と大根の中華煮	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	白飯 牛乳 あおさの味噌汁 鯖の香味だれ 炒り豆腐	白飯 牛乳 大根のトロみスープ 焼きシューマイ キムチ炒め	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
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	黒砂糖食パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	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	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	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 えのき 白菜 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ あおさ	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	油 鶏肉 清酒 チキンブイオン 水 玉ねぎ 人参 食塩 こしょう キャベツ コーン 黄ピーマン
	鰯の梅煮	春巻 油		鯖 油 生姜 玉ねぎ 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 食塩 澱粉	シューマイ	ホキフライ 油 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
	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	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 ごま油 水 食塩	豚カツ 油	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	ごま油 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 人参 キムチ キャベツ 砂糖 醤油 コチュジャン 澱粉 にら ごま	ブロッコリー ひよこ豆 青大豆 コーン きゅうり
			キャベツ 赤ピーマン コーン しらたき			イタリアンドレッシング
			青じそドレッシング			

日付	09	13	14	15	16	19
献立名	中華麺 牛乳 あんかけ焼きそば 切干大根の中華炒め デコボン	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	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 焼きシシャモ にらともやしの炒め物	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 ワントンスープ 鶏肉のチリソース ナムル ナムルドレッシング
材料名	中華麺	白飯	ココア食パン	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 玉ねぎ まいたけ 薄口醤油 食塩 長ねぎ にら	油 鶏肉 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 しめじ いんげん豆 じゃがいも ケチャップ トマト 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 人参 大根 里芋 しいたけ 豆腐 みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	水 削節 かぶ しめじ 味噌 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	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 ワントン チンゲン菜 ごま油
	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	鯖 油 玉ねぎ 人参 えのき 水 砂糖 みりん 醤油 味噌 バター 澱粉	ハートコロッケ 油	シシャモ	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 荳若布 みりん 砂糖 醤油 一味唐辛子 青大豆
	デコボン	ひじき 大根 もやし 人参 いんげん 砂糖 みりん 醤油 ごま ごま	ベーコン にんにく 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 油	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 人参 にら 澱粉		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
						大豆もやし もやし 人参 ほうれん草 ぜんまい
						ナムルドレッシング

日付	20	21	22	23	26	27
献立名	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	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 沢煮汁 肉野菜炒め 昆布の炒め煮	白飯 牛乳 根菜のごま汁 親子丼 き야べつゆかり和え	ダ이스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 ハヤシライス キャベツソテー はるか
材料名	白飯	カレー味ご飯	白飯	白飯	ダ이스チーズパン	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 昆布 人参 えのき 味噌 味噌 白菜 小松菜 若布	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	水 削節 鶏肉 清酒 ごぼう 大根 もやし 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ	水 削節 大根 人参 ごぼう 油揚げ 味噌 味噌 みりん ごま ごま 大豆 小松菜 長ねぎ	ベーコン 玉ねぎ 水 チキンブイヨン 人参 マッシュルーム 大麦 食塩 こしょう キャベツ マカロニ オリーブオイル	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 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
	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	こしょう 油 バター 小麦粉 チーズ	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ きくらげ スープストックチキン	油 鶏肉 鶏肉 清酒 玉ねぎ しいたけ しらたき 水 昆布 削節 砂糖 砂糖 みりん 醤油 食塩 卵 グリーンピース 澱粉	鶏肉 食塩 こしょう ガーリックパウダー バジリコ	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
	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	りんご	砂糖 醤油 食塩 澱粉 ピーマン ごま油	油 削節 砂糖 みりん 醤油 砂糖 しそ 水	油 エリンギ 人参 筍 醤油 食塩 こしょう コーン エビ チンゲン菜	はるか
		シーザードレッシング	食塩 澱粉 ピーマン ごま油	油 削節 砂糖 みりん 醤油 砂糖 しそ 水		

日付 28						
献立名	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					
	白飯					
	牛乳					
	水 削節 玉ねぎ 人参 えのき 生揚げ 味噌 味噌 大豆 ほうれん草					
	シイラ 食塩 こしょう 澱粉 油 ごま油 生姜 水 清酒 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 ごま 澱粉					
白菜 人参 もやし 水 削節 食塩 薄口醤油 みりん ゆず						