

	01	02	05	06	07	08
献立名	白飯 牛乳 むらくも汁 鱈のねぎ味噌がけ 切干大根のはりはり漬け	食パン 牛乳 きのこシチュー チキンメンチカツ マセドアンサラダ 胡麻ドレッシング	茶飯 牛乳 おでん イカの磯辺揚げ 即席漬け	白飯 牛乳 大根の味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 煮浸し	ナン 牛乳 キーマカレー グリーンサラダ フルーツ寒天 シーザードレッシング	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 秋刀魚の塩焼き 金平ごぼう
	白飯	食パン	茶飯	白飯	ナン	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	削節 水 鶏肉 清酒 人参 豆腐 みりん 薄口醤油 食塩 白菜 澱粉 卵 長ねぎ あおさ	油 にんにく 生姜 豚肉 赤ワイン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン しめじ マッシュルーム エリンギ ハヤシルウ ケチャップ トマト トンカツソース 醤油	水 削節 昆布 醤油 食塩 清酒 みりん 大根 人参 昆布 さつま揚げ 竹輪 こんにやく うずら卵	水 削節 大根 しめじ 味噌 味噌 長ねぎ 板ふ	油 生姜 にんにく 豚肉 赤ワイン ガラムマサラ 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 液体スープチキン ウスターソース ケチャップ デミソース カレールウ 醤油 澱粉	水 削節 しめじ かぶ 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ
	鱈 油 長ねぎ 水 砂糖 みりん 味噌 醤油 一味唐辛子 澱粉	チキンメンチカツ 油	イカ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 砂糖 みりん 醤油 オイスターソース 食塩 にら	キャベツ きゅうり コーン 青大豆	秋刀魚 食塩
	切干大根 人参 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 鰹節 昆布 食塩 一味唐辛子 水	きゅうり ひよこ豆 白いんげん豆 青大豆 コーン ひじき	キャベツ きゅうり 人参 生姜 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 昆布	もやし 白菜 人参 えのき 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお	寒天 桃 パイ りんご	ごま油 豚肉 清酒 ごぼう 人参 れんこん こんにやく 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 枝豆
		胡麻ドレッシング			シーザードレッシング	



	19	20	21	22	26	27	
献立名	中華麺 牛乳 味噌ラーメンのスープ 焼き餃子 えびと筍の炒め物	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 鯛の蒲焼き 野菜のみぞれ煮	白飯 牛乳 トマトと卵のスープ 酢豚 ハスカップゼリー	白飯 牛乳 呉汁 鯖の味噌マヨネーズ焼き 茎若布のごま油炒め	揚げパン 牛乳 鮭のクリームシチュー 野菜ソテー	白飯 牛乳 和風汁 ホッケの文化干し 里芋の味噌煮	
	麵	白飯	白飯	白飯	パン 油 砂糖	白飯	
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 もやし なると コチュジャン 醤油 ごま 味噌 コーン にら	水 削節 玉ねぎ 味噌 味噌 豆腐 なめこ 長ねぎ	水 鶏肉 清酒 液体スープポーク中華 えのき 長ねぎ きくらげ トマト 食塩 こしょう 白菜 コーン 澱粉 卵	水 削節 人参 しめじ 油揚げ さつま芋 白菜 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	水 削節 人参 しめじ 油揚げ さつま芋 白菜 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	鮭 清酒 油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム 白菜 白いんげん豆 バター 油 小麦粉 牛乳 かぶ 食塩 こしょう 生クリーム ほうれん草	水 削節 昆布 人参 白菜 うずら卵 かまぼこ 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 長ねぎ
	餃子	鯛 澱粉 油 水 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉 生姜	豚肉 澱粉 油 油 生姜 玉ねぎ 人参 筍 しいたけ 清酒 砂糖 醤油 ケチャップ 穀物酢 ピーマン 澱粉	鯖 玉ねぎ 水 砂糖 みりん ノンエッグマヨネーズ 味噌 薄口醤油 澱粉	鯖 玉ねぎ 水 砂糖 みりん ノンエッグマヨネーズ 味噌 薄口醤油 澱粉	鮭 清酒 油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム 白菜 白いんげん豆 バター 油 小麦粉 牛乳 かぶ 食塩 こしょう 生クリーム ほうれん草	水 削節 昆布 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
	油 筍 人参 エビ 清酒 砂糖 食塩 こしょう 醤油 枝豆 澱粉 ごま油	人参 もやし 小松菜 大根 和風だし 薄口醤油 みりん 食塩	豚肉 澱粉 油 油 生姜 玉ねぎ 人参 筍 しいたけ 清酒 砂糖 醤油 ケチャップ 穀物酢 ピーマン 澱粉	ごま油 ごぼう 茎若布 筍 こんにゃく 人参 和風だし みりん 醤油 ごま 一味唐辛子 ごま油	ごま油 ごぼう 茎若布 筍 こんにゃく 人参 和風だし みりん 醤油 ごま 一味唐辛子 ごま油	ベーコン 玉ねぎ エリンギ スープストックチキン 醤油 食塩 こしょう ガーリックパウダー キャベツ コーン	水 削節 昆布 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
			ハスカップゼリー	ハスカップゼリー			

	28	29	30				
献立名	白飯 牛乳 にらと春雨の韓国風スープ ヤンニョムチキン ナムル	白飯 牛乳 キャベツの味噌汁 鯖の塩焼き 親子煮	白飯 牛乳 ポークカレーライス ブロッコリーサラダ みかん イタリアンドレッシング				
材料名	白飯	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳	牛乳				
	水 液体スープポーク中華 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ 筍 しいたけ 醤油 食塩 こしょう にら 春雨 ごま油	水 昆布 削節 えのき 豆腐 味噌 味噌 キャベツ 小松菜 長ねぎ	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 食塩 こしょう 液体スープチキン 水 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				
	鶏肉 食塩 こしょう 澱粉 油 油 にんにく トマト ケチャップ コチュジャン 水 砂糖 醤油 ごま	鯖	キャベツ ブロッコリー コーン				
	大豆もやし もやし 人参 ほうれん草 ぜんまい ごま油 にんにく 生姜 トウバンジャン 砂糖 醤油 穀物酢 食塩	水 昆布 削節 油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 人参 砂糖 みりん 清酒 醤油 食塩 澱粉 卵 グリーンピース	みかん イタリアンドレッシング				