

	01	02	05	06	07	08
献立名	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	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	麦ご飯 牛乳 若布スープ ガバオライス みかん	茶飯 牛乳 おでん イカの磯辺揚げ 即席漬け	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 秋刀魚の塩焼き 金平ごぼう	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
材料名	食パン	白飯	麦ご飯	茶飯	白飯	ナン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	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	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	水 冷凍ガラパック 玉ねぎ しいたけ 醤油 食塩 こしょう 豆腐 若布 ごま 長ねぎ ごま油	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 こんにゃく うずら卵	水 削節 しめじ かぶ 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	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
	チキンメンチカツ 油	鱈 油 長ねぎ 水 砂糖 みりん 味噌 醤油 一味唐辛子	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 食塩 筍 玉ねぎ 人参 砂糖 みりん オイスターソース 醤油 ナンブラー バジリコ ピーマン 赤ピーマン	イカ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油	秋刀魚 食塩	キャベツ きゅうり コーン 青大豆
	きゅうり ひよこ豆 白いんげん豆 青大豆 コーン ひじき	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	みかん	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	ごま油 豚肉 清酒 ごぼう 人参 れんこん こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 枝豆	寒天 桃 パイ りんご
	胡麻ドレッシング					シーザードレッシング

	09	12	13	14	15	16
献立名	白飯 牛乳 キャベツの味噌汁 鯖の塩焼き 親子煮	白飯 牛乳 スープフォー 春巻 生揚げのオイスター炒め	ゆかりご飯 牛乳 吉野汁 焼きシシャモ ひじきの煮物	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 コーンとほうれん草のソテー	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 鶏肉の唐揚げ 炒り豆腐	白飯 牛乳 すき焼き丼 胡麻和え りんご
	白飯	白飯	ゆかりご飯	コッペパン	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 昆布 削節 えのき 豆腐 味噌 味噌 キャベツ 小松菜 長ねぎ	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 ライスヌードル みつば	水 昆布 削節 鶏肉 清酒 人参 大根 里芋 みりん 醤油 食塩 豆腐 澱粉 長ねぎ 小松菜	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	水 削節 人参 ごぼう 大根 こんにゃく 味噌 味噌 長ねぎ	油 豚肉 清酒 食塩 玉ねぎ 人参 しらたき 白菜 長ねぎ しいたけ 豆腐 砂糖 みりん 醤油 食塩
	鯖			ウインナー 油 玉ねぎ カレー粉 ケチャップ ウスターソース 澱粉	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	キャベツ 人参 いんげん 切干大根 砂糖 みりん 醤油 ごま ごま
材料名	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	春巻 油 油 にんにく 生姜 筍 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 生揚げ チンゲン菜 人参 澱粉	シシャモ 水 昆布 削節 ごま油 ひじき 人参 油揚げ れんこん 砂糖 みりん 醤油 枝豆	ベーコン キャベツ 食塩 こしょう スープストックチキン コーン 人参 ほうれん草 バター	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	りんご

	28	29	30				
献立名	白飯 牛乳 和風汁 ホッケの文化干し 里芋の味噌煮	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	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 鰯の蒲焼き 野菜のみぞれ煮				
材料名	白飯	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳	牛乳				
	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	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 カレールー 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 玉ねぎ 味噌 味噌 豆腐 なめこ 長ねぎ				
	ホッケ	キャベツ ブロッコリー コーン	鰯 澱粉 油 水 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉 生姜				
	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	みかん	人参 もやし 小松菜 大根 和風だし 薄口醤油 みりん 食塩				
		イタリアンドレッシング					