

献立名	01	02	05	06	07	08	
	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	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 キャベツの味噌汁 鯖の塩焼き 親子煮	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	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	茶飯 牛乳 おでん イカの磯辺揚げ 即席漬け	
材料名	白飯	パン 油 砂糖	白飯	白飯	コッペパン	茶飯	
	牛乳	砂糖	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	牛乳  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 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	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  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	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	イカ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油
	鯖 油 長ねぎ 水 砂糖 みりん 味噌 醤油 一味唐辛子 澱粉	ベーコン 玉ねぎ エリンギ スープストックチキン	鯖 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	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	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	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	
	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	醤油 食塩 こしょう ガーリックパウダー キャベツ 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			

日付	09	12	13	14	15	16
献立名	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 大根の味噌汁 豚肉のスタミナ炒め 煮浸し	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 トマトと卵のスープ 酢豚 ハスカップゼリー	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 秋刀魚の塩焼き 金平ごぼう	麦ご飯 牛乳 若布スープ ガパオライス みかん
材料名	白飯	白飯	食パン	白飯	白飯	麦ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	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	水 削節 大根 しめじ 味噌 味噌 長ねぎ 板ふ	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 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 人参 こしょう 白菜 コーン 澱粉 卵	水 削節 しめじ かぶ 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	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
	キャベツ ブロッコリー コーン	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	チキンメンチカツ 油	豚肉 澱粉 油 油 生姜 玉ねぎ 人参 筍	秋刀魚 食塩	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 食塩 筍 玉ねぎ 人参 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 枝豆
	みかん		きゅうり ひよこ豆 白いんげん豆 青大豆 コーン ひじき	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 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	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 ナンプラー バジリコ ピーマン 赤ピーマン
	イタリアンドレッシング	もやし 白菜 人参 えのき 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお	胡麻ドレッシング			
				ハスカップゼリー		
						みかん

日付	19	20	21	22	26	27
献立名	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 鶏肉の唐揚げ 炒り豆腐	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 スープフォー 春巻 生揚げのオイスター炒め	白飯 牛乳 呉汁 鱈の味噌マヨネーズ焼き 茎若布のごま油炒め	白飯 牛乳 なめこの味噌汁 鰯の蒲焼き 野菜のみぞれ煮	白飯 牛乳 和風汁 ホッケの文化干し 里芋の味噌煮
材料名	白飯	ナン	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 人参 ごぼう 大根 こんにゃく 味噌 味噌 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	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 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 玉ねぎ 味噌 味噌 豆腐 なめこ 長ねぎ	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
	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	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	春巻 油	鰯 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	鰯 澱粉 油 水 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉 生姜	ホッケ
		キャベツ きゅうり コーン 青大豆	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	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	人参 もやし 小松菜 大根 和風だし 薄口醤油 みりん 食塩	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
		寒天 桃 パイン りんご				
		シーザードレッシング				

