

日付	02	03	04	05	06	09
献立名	白飯 牛乳 大根の味噌汁 シシヤモの唐揚げ 肉じゃが	白飯 牛乳 若布スープ タッカルビ チャプチェ	シュガートースト 牛乳 野菜のスープ煮 フライドチキン	白飯 根菜の味噌汁 鯖の塩焼き 玉ねぎの卵とじ ジョア	白飯 牛乳 ポークカレーライス 大根サラダ はるか 和風ドレッシング	白飯 牛乳 魚うどんのすまし汁 鱈フライ 切干大根の胡麻味噌あえ 卓上ソース
	白飯	白飯	パン バター 砂糖 砂糖	白飯	白飯	白飯
材料名	牛乳	牛乳	牛乳	水 削節 ごぼう れんこん 人参 大根 里芋 豆腐 味噌 味噌 長ねぎ	牛乳	牛乳
	水 削節 大根 しめじ 油揚げ 味噌 味噌 大豆 長ねぎ 小松菜	玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 豆腐 しめじ 若布 ごま 長ねぎ	油 ウインナー 清酒 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう コーン	鯖	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 玉ねぎ 人参 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 こしょう	水 削節 昆布 食塩 清酒 薄口醤油 魚うどん 人参 長ねぎ 小松菜
	シシヤモ 食塩 こしょう 澱粉 油	油 鶏肉 人参 にら キャベツ	マッシュルーム キャベツ かぼちゃ	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ	大根 きゅうり 人参 コーン	鱈フライ 油
	水 削節 油 豚肉 清酒 人参 玉ねぎ じゃがいも こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 グリんピース	トック 生姜 にんにく 味噌 コチュジャン 砂糖 清酒 醤油 食塩 澱粉	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 黒こしょう にんにく 食塩 澱粉 油	水 削節 砂糖 みりん 食塩 醤油 卵 青大豆	はるか	切干大根 若布 こねぎ 人参 きゅうり もやし 味噌 砂糖 みりん 清酒 水 ごま
		油 にんにく 豚肉 トウバンジャン 清酒 春雨 水 液体スープポーク中華 人参 ピーマン こねぎ 砂糖 ごま油 醤油		ジョア	和風ドレッシング	卓上中濃ソース

日付	10	11	12	13	16	17	
献立名	白飯 牛乳 じゃがべえ汁 ホッケの文化干し 金平ごぼう	イギリスパン 牛乳 冬野菜シチュー ハンバーグデミグラスソース 野菜ソテー	うどん 牛乳 ちゃんこうどん汁 かき揚げ デコポン	ミックスピラフ オニオンベークンスープ スパイシーチキン パリパリサラダ 焼きプリンタルト 玉ねぎドレッシング ミックスジュース パリパリ麺	白飯 牛乳 華風コーンスープ イカのチリソース 豚肉と大根の中華煮	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 鱈の唐揚げ和風あんかけ 煮浸し	
材料名	白飯	イギリスパン	うどん	ミックスピラフ	白飯	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	油 にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 マッシュルーム 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう パセリ	牛乳	牛乳	
	ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 じゃがいも こんにゃく 水 削節 味噌 こねぎ バター 醤油	鮭 清酒 油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 白菜 かぶ 牛乳 バター 油 小麦粉 食塩 こしょう 生クリーム ほうれん草	水 昆布 削節 鶏肉 清酒 人参 大根 白菜 筍 肉団子 油揚げ しいたけ 生姜 醤油 みりん 長ねぎ ほうれん草 食塩	鶏肉 生姜 食塩 こしょう カレー粉 醤油 清酒 トウバンジャン	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 きくらげ 食塩 こしょう 醤油 コーン コーン 澱粉 卵 みつば	水 削節 かぶ しめじ 味噌 味噌 大豆 小松菜 長ねぎ	
	ホッケ	ハンバーグ ウスターソース ケチャップ デミソース 水 砂糖	かき揚げ 油	キャベツ 大根 人参 きゅうり コーン	イカ 澱粉 油 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉	鱈 油 清酒 生姜 水 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 人参 玉ねぎ 一味唐辛子 澱粉	
	ごま油 ごぼう れんこん 人参 砂糖 みりん 醤油 一味唐辛子 ごま	油 ベーコン 人参 キャベツ ピーマン コーン 醤油 食塩 こしょう にんにく	デコポン	焼きプリンタルト	フルーツジュース	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華	白菜 人参 もやし えのき 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお
				麵	(豚肉と大根の中華煮 続き) 砂糖 オイスターソース 醤油 青大豆 澱粉/ごま油	人参 大根 長ねぎ	

日付	18	19	23	24				
献立名	麦ご飯 牛乳 豚キムチ丼 ナムル 清見オレンジ ナムルドレッシング	白飯 牛乳 豆腐の吸物 鯖のゆず味噌がけ 即席漬け	白飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鶏そぼろ丼 お浸し 卓上醤油	食パン 牛乳 トマトシチュー マスのバジルマヨネーズソース コーンとほうれん草のソテー				
材料名	麦ご飯	白飯	白飯	食パン				
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳				
	油 にんにく 豚肉 清酒 白菜 人参 しらたき えのき キムチ 筍 水 砂糖 醤油 コチュジャン にら 澱粉	水 昆布 削節 鶏肉 清酒 大根 豆腐 えのき みりん 食塩 薄口醤油 長ねぎ ほうれん草	水 削節 若布 玉ねぎ 油揚げ しめじ 味噌 味噌 大豆 板ふ	油 にんにく 生姜 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン じゃがいも しめじ ケチャップ トマト トマト トンカツソース ハヤシルウ 砂糖 食塩 こしょう				
	大豆もやし もやし 人参 ほうれん草 ぜんまい	鯖 水 味噌 醤油 砂糖 みりん ゆず 澱粉	油 生姜 鶏肉 筍 卵 玉ねぎ 醤油 砂糖 食塩 清酒 みりん 枝豆	マス 食塩 こしょう 澱粉 油 ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 水 砂糖 薄口醤油 黒こしょう バジル 澱粉				
	清見オレンジ	キャベツ きゅうり 人参 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 塩昆布	キャベツ 人参 ほうれん草 えのき	卓上醤油				
	ナムルドレッシング							
					油 ベーコン 人参 ほうれん草 コーン 食塩 こしょう	(コーンとほうれん草のソテー 続き) キャベツ スープストックチキン		