

日付	02	03	04	05	06	09	
献立名	白飯 牛乳 白菜の味噌汁 タラの甘酢あんかけ 筑前煮	黒砂糖パン 牛乳 パスタスープ オムレツ じゃがいものポロネーゼ風	麦ご飯 牛乳 麻婆豆腐丼 中華サラダ りんご 中華ドレッシング	白飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 イカのかりん揚げ 切干大根のピリ辛煮	白飯 牛乳 ポークカレーライス 豆のカラフルサラダ みかん シーザードレッシング	ケチャップライス 牛乳 チキンクリームライス 花野菜サラダ みかん フレンチドレッシング	
材料名	白飯	黒砂糖パン	麦ご飯	白飯	白飯	ケチャップライス	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 白菜 しめじ 味噌 味噌 長ねぎ 小松菜	油 鶏肉 清酒 水 液体スープチキン えのき 玉ねぎ 人参 キャベツ 醤油 食塩 こしょう マカロニ	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープポーク中華 砂糖 テンメンジャン 味噌 醤油 こしょう 澱粉 豆腐 豆腐 長ねぎ ごま油	水 削節 玉ねぎ 油揚げ 人参 味噌 味噌 小松菜	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃがいも カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	油 鶏肉 鶏肉 生姜 白ワイン 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム じゃがいも チーズ 牛乳 生クリーム 油 バター 小麦粉 食塩 こしょう ほうれん草	
	鱈 澱粉 油 水 えのき 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 穀物酢 食塩 澱粉	オムレツ	大根 もやし 人参 しらたき きゅうり 茎若布	イカ 清酒 醤油 生姜 澱粉 油	ごま油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 切干大根 こんにやく 人参 キムチ 水 砂糖 みりん 醤油 食塩 いんげん	ミックスビーンズ キャベツ きゅうり コーン 青大豆	キャベツ きゅうり ブロッコリー カリフラワー コーン
	油 鶏肉 清酒 水 削節 しいたけ ごぼう 人参 こんにやく 里芋 れんこん 砂糖 みりん 醤油 食塩 いんげん	オリーブオイル にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 トマト ケチャップ ウスターソース トンカツソース 食塩 こしょう オレガノ じゃがいも 澱粉	りんご 中華ドレッシング		みかん シーザードレッシング	みかん フレンチドレッシング	

日付	10	11	12	13	16	17
献立名	白飯 牛乳 キャベツの味噌汁 白身魚のフライ こんにゃくの炒め煮 卓上ソース	白飯 牛乳 若布スープ ビビンバ丼 りんご	白飯 牛乳 大根の味噌汁 シシャモの南蛮漬け 肉じゃが	白飯 牛乳 ビーフンスープ ガパオライス マンゴーゼリー	白飯 牛乳 のっぺい汁 鱈のゆず味噌がけ 凍り豆腐の卵とじ	食パン 牛乳 野菜スープ メンチカツ 海藻サラダ 玉ねぎドレッシング
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯	食パン
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 人参 玉ねぎ キャベツ 味噌 味噌 長ねぎ	水 昆布 冷凍ガラパック 生姜 鶏肉 玉ねぎ 豆腐 醤油 食塩 こしょう 長ねぎ 若布 ごま油	水 削節 大根 油揚げ しめじ 味噌 味噌 長ねぎ 若布	ごま油 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 しいたけ 玉ねぎ キャベツ 醤油 食塩 こしょう ビーフン エビ にら	水 削節 豚肉 人参 大根 こんにゃく 白菜 清酒 醤油 薄口醤油 食塩 食塩 長ねぎ	ベーコン 清酒 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン キャベツ 食塩 こしょう コーン
	白身魚のフライ 油		シシャモ 澱粉 油 ごま油 生姜 長ねぎ 水 清酒 みりん 砂糖 醤油 穀物酢 一味唐辛子			メンチカツ 油
	油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく 人参 筍 醤油 砂糖 みりん いんげん 一味唐辛子	ごま油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 長ねぎ 筍 ぜんまい 人参 もやし 砂糖 みりん テンメンジャン コチュジャン 醤油 食塩 ほうれん草		油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 筍 人参 みりん 砂糖 オイスターソース 醤油 ナンプレー バジル 食塩 ピーマン 赤ピーマン	鱈 水 みりん 砂糖 味噌 醤油 ゆず 澱粉	キャベツ きゅうり 小松菜 青大豆 海藻
	卓上中濃ソース		油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 こんにゃく 水 削節 じゃがいも 砂糖 みりん 醤油 いんげん			玉ねぎドレッシング
		りんご		マンゴーゼリー	水 削節 玉ねぎ 人参 みりん 砂糖 清酒 薄口醤油 食塩 凍り豆腐 卵 にら	

日付	18	19	20	23	24	
献立名	白飯 牛乳 せんべい汁 厚揚げの味噌田楽 野菜のみぞれ煮 手作りふりかけ	白飯 牛乳 かぼちゃの味噌汁 鯖の香味だれ 白菜のゆず風味	白飯 牛乳 華風コーンスープ ホキのチリソース 生揚げのオイスター炒め	白飯 牛乳 かぶの味噌汁 ブリの照焼き 野菜の白和え風	フレッシュロール 牛乳 チャウダー チキンチャップ シルバーサラダ サンタさんのケーキ イタリアンドレッシング	
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	フレッシュロール	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 鶏肉 清酒 人参 ごぼう しめじ 白菜 みりん 薄口醤油 食塩 南部せんべい 長ねぎ	水 削節 えのき 玉ねぎ かぼちゃ 味噌 味噌	水 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 きくらげ 醤油 食塩 こしょう コーン 澱粉 卵 みつば	水 削節 かぶ しめじ 味噌 味噌 長ねぎ 小松菜	油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン さつま芋 牛乳 油 バター 小麦粉 生クリーム チーズ 食塩 こしょう 鮭 グリーンピース	
	厚揚げ 水 和風だし みりん 砂糖 味噌 醤油 澱粉	鯖 ごま油 長ねぎ 水 清酒 みりん 砂糖 醤油 食塩 一味唐辛子 澱粉	ホキ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉	ブリ 食塩 水 和風だし 生姜 醤油 砂糖 みりん 澱粉	鶏肉 油 にんにく 玉ねぎ 白ワイン 水 液体スープチキン 砂糖 トマト ケチャップ ウスターソース 食塩 こしょう	
	水 削節 えのき 人参 もやし 小松菜 大根 薄口醤油 みりん 食塩	白菜 人参 もやし 水 削節 油揚げ みりん 薄口醤油 食塩 ゆず	油 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ 筍 生揚げ チンゲン菜 清酒 液体スープポーク中華 醤油 砂糖 オイスターソース 食塩 澱粉	いんげん 人参 キャベツ 切干大根 こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 白いんげん豆 ごま ごま	キャベツ きゅうり しらたき 人参 コーン	
	ちりめんじゃこ 清酒 塩昆布 鰹節 ごま 砂糖 醤油 みりん 穀物酢				サンタさんのケーキ	
					イタリアンドレッシング	