

日付	01	05	06	07	08	11
献立名	麦ご飯 牛乳 豚キムチ丼 ナムル ゆずムース	白飯 牛乳 中華スープ 春巻 チンジャオロース	白飯 牛乳 根菜のごま汁 鰹の南蛮漬け 白菜のゆず風味	白飯 牛乳 いわしのつみれ汁 たこメンチカツ 金平ごぼう	ミルクパン 牛乳 かぶとベーコンのスープ 鶏肉のガーリック焼き かぼちゃと豆のサラダ 和風クリームドレッシング	白飯 牛乳 根菜の味噌汁 親子丼 りんご
材料名	麦ご飯	白飯	白飯	白飯	ミルクパン	白飯
	牛乳	牛乳	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 液体スープポーク中華 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 白菜 チンゲン菜 しいたけ 食塩 こしょう 醤油	水 削節 大根 人参 ごぼう 里芋 味噌 味噌 長ねぎ みりん ごま ごま	水 削節 人参 大根 こんにゃく 生姜 鰹つみれ 味噌 味噌 長ねぎ	ベーコン 清酒 人参 玉ねぎ しめじ 水 液体スープチキン 食塩 こしょう かぶ	水 削節 人参 大根 ごぼう しめじ 里芋 豆腐 味噌 味噌 長ねぎ
	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 砂糖 醤油 穀物酢 トウバンジャン 食塩	春巻 油	鰹 澱粉 油 ごま油 生姜 玉ねぎ 醤油 穀物酢 砂糖 清酒 みりん 水 一味唐辛子	たこメンチカツ 油	鶏肉 食塩 こしょう にんにく 白ワイン	水 削節 鶏肉 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 砂糖 みりん 醤油 卵 グリーンピース 食塩
	ゆずムース	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 人参 ピーマン 筍 オイスターソース 食塩 こしょう 醤油 澱粉	白菜 人参 もやし 油揚げ みりん 醤油 食塩 粉かつお ゆず	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 いんげん	かぼちゃ さつまい ミックスビーンズ 和風クリームドレッシング	りんご

日付	12	13	14	15	18	19
献立名	白飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鯖の塩焼き 筑前煮	白飯 牛乳 鶏ごぼうの吸物 鮭の味噌マヨネーズ焼き 大根とがんとどきの煮物	クルーリ 牛乳 レヴィスィア スズカキャ タラモサラダ	中華麺 牛乳 あんかけ焼きそば 華風きゅうり みかん	白飯 牛乳 大根の味噌汁 タラの和風あんかけ ひじきの煮物	白飯 牛乳 ハッシュドポーク ブロッコリーのサラダ フルーツ杏仁 玉ねぎドレッシング
材料名	白飯	白飯	クルーリ	中華麺	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	水 削節 玉ねぎ えのき 若布 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	水 削節 昆布 鶏肉 玉ねぎ ごぼう かまぼこ 薄口醤油 食塩 長ねぎ	オリーブオイル 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン 食塩 こしょう キャベツ ひよこ豆 コーン	油 生姜 豚肉 エビ イカ 清酒 人参 筍 白菜 しいたけ きくらげ なると うずら卵 食塩 醤油 こしょう オイスターソース 砂糖 水 液体スープポーク中華 澱粉 ごま油	水 削節 大根 人参 油揚げ しめじ 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	油 にんにく 豚肉 赤ワイン 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン マッシュルーム 油 バター 小麦粉 デミソース ケチャップ トマト 中濃ソース 醤油 食塩 こしょう グリーンピース
	鯖	鮭	肉団子	きゅうり	鱈	キャベツ
	油 鶏肉 清酒 水 削節 ごぼう れんこん 人参 こんにやく 里芋 しいたけ 食塩 砂糖 みりん 醤油 いんげん	水 味噌 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 みりん 醤油 ごま 澱粉	油 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖	大根 人参 ごま油 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子	澱粉 油 清酒 生姜 水 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 玉ねぎ 一味唐辛子 澱粉	きゅうり ブロッコリー コーン
		水 削節 昆布 人参 大根 がんとどき 清酒 砂糖 みりん 醤油 いんげん	バター 玉ねぎ 人参 じゃがいも 食塩 こしょう たらこ 枝豆	みかん	水 削節 ごま油 ひじき 人参 れんこん さつま揚げ 砂糖 みりん 醤油	杏仁寒天 桃 みかん りんご パイン
						玉ねぎドレッシング

日付	20	21	22	25	26	27	
献立名	白飯 牛乳 若布スープ 焼き餃子 麻婆春雨	白飯 牛乳 豚汁 秋刀魚の塩焼き 五色なます	白飯 牛乳 和風汁 鶏肉の唐揚げ 大根の味噌煮	白飯 牛乳 味噌けんちん汁 ブリの照焼き こんにゃくの炒め煮	きな粉揚げパン 牛乳 冬野菜シチュー カラフルソテー	梅かおりご飯 牛乳 おでん イカの磯辺揚げ 煮浸し	
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	パン 油 砂糖 きな粉 食塩	梅かおりご飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳		牛乳	
	ごま油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 豆腐 若布 ごま 長ねぎ	油 豚肉 清酒 人参 ごぼう 大根 水 削節 里芋 味噌 味噌 長ねぎ	水 削節 昆布 かまぼこ 人参 白菜 薄口醤油 食塩 みりん 春雨 澱粉 あさつき	水 削節 大根 人参 ごぼう れんこん 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	牛乳	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 白菜 マッシュルーム かぶ 牛乳 バター	水 削節 昆布 醤油 清酒 みりん 大根 人参 さつま揚げ 竹輪 昆布 こんにゃく うずら卵
	餃子	秋刀魚 食塩	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	ブリ 生姜 水 和風だし 醤油 砂糖 みりん 清酒 澱粉	油 鶏肉 清酒 こんにゃく 人参 筍 しいたけ 醤油 砂糖 みりん いんげん 一味唐辛子		
	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 こしょう もやし 人参 液体スープポーク中華 水 春雨 醤油 テンメンジャン 砂糖 澱粉 にら ごま油	もやし 人参 キャベツ 油揚げ 昆布 砂糖 醤油 穀物酢 食塩 ごま	水 削節 昆布 里芋 人参 大根 清酒 みりん 味噌 醤油 いんげん	油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく 人参 筍 しいたけ 醤油 砂糖 みりん いんげん 一味唐辛子	油 ハム キャベツ エリンギ 赤ピーマン コーン 醤油 食塩 こしょう にんにく	白菜 人参 もやし えのき みりん 醤油 食塩 粉かつお	

日付	28	29				
献立名	白飯 牛乳 ポークカレーライス 大根サラダ りんご 青じそドレッシング	白飯 牛乳 吉野汁 ホッケの文化干し 豚肉と野菜の味噌炒め				
	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳				
	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 りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 削節 鶏肉 清酒 大根 人参 豆腐 みりん 醤油 食塩 澱粉 長ねぎ				
	大根 人参 きゅうり コーン	ホッケ				
	りんご	油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ 砂糖 醤油 味噌 澱粉				
	青じそドレッシング					