

日付	09	12	13	14	15	16	
献立名	ご飯 牛乳 呉汁 鰯フライ ごぼうのしぐれ煮 卓上ソース	ご飯 牛乳 桜かまぼこの吸物 鱧の味噌マヨネーズ焼き 胡麻和え	ご飯 牛乳 豚汁 鶏そぼろ丼 レモンゼリー	コッペパン 牛乳 ビーンチャウダー ロングウインナーのケチャップソース コーンとほうれん草のソテー	麦ご飯 牛乳 チキンカレーライス グリーンサラダ 清見オレンジ イタリアンドレッシング	丸パン 牛乳 キャベツスープ メンチカツ チリコンカン 卓上ソース	
材料名	白飯	白飯	白飯	コッペパン	麦ご飯	パン	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 大根 人参 里芋 油揚げ 味噌 味噌 大豆 長ねぎ	水 昆布 削節 鶏肉 大根 筍 みりん 薄口醤油 食塩 かまぼこ あさつき	油 豚肉 清酒 ごぼう こんにゃく 人参 大根 水 削節 里芋 味噌 味噌 あさつき	油 鶏肉 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン しめじ 牛乳 生クリーム 油 バター 小麦粉 チーズ 食塩 こしょう 大豆	油 にんにく 生姜 鶏肉 えのき 人参 清酒 水 液体スープチキン 食塩 こしょう 玉ねぎ 人参 じゃが芋 りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	水 液体スープチキン 鶏肉 えのき 人参 キャベツ 醤油 食塩 こしょう コーン	メンチカツ 油
	鰯フライ 油	鱧 水 味噌 ノンエッグマヨネーズ 砂糖 みりん 醤油 澱粉	油 生姜 鶏肉 清酒 筍 玉ねぎ みりん 砂糖 醤油 食塩 青大豆 卵	ウインナー 水 ケチャップ トマト 中濃ソース 砂糖	コーン キャベツ きゅうり 青大豆	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 砂糖 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 チリパウダー 食塩 こしょう 大豆 赤いんげん豆 ひよこ豆 澱粉	卓上中濃ソース
	油 生姜 豚肉 清酒 ごぼう しいたけ 水 削節 さつま揚げ しらたき 砂糖 みりん 醤油 人参 いんげん	いんげん 人参 キャベツ こんにゃく みりん みりん 醤油 砂糖 白いんげん豆 ごま ごま	レモンゼリー	油 玉ねぎ キャベツ コーン スープストックチキン 食塩 こしょう ほうれん草 赤ピーマン	清見オレンジ	イタリアンドレッシング	卓上中濃ソース
	卓上中濃ソース						

日付	19	20	21	22	23	26	
献立名	ご飯 牛乳 白玉汁 ホッケの文化干し 豚肉と野菜の味噌炒め	サフランライス 牛乳 ソパ・デ・アホ パエリア 清見オレンジ	ご飯 牛乳 新じゃが芋の味噌汁 鰯の蒲焼き 即席漬け	ご飯 牛乳 中華スープ 蒸しシュウマイ チンジャオロース	胚芽食パン 牛乳 野菜のスープ煮 カレービーンズ 河内晩柑	ご飯 牛乳 玉ねぎの味噌汁 鶏肉の唐揚げ 筍のおかか炒め	
材料名	白飯	米	白飯	白飯	胚芽食パン	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 昆布 削節 鶏肉 人参 白菜 薄口醤油 食塩 白玉 長ねぎ 小松菜	オリーブオイル にんにく ベーコン 玉ねぎ 人参 チキンブイヨン 水 えのき パプリカ 食塩 こしょう 澱粉 卵 パセリ	水 削節 玉ねぎ 人参 油揚げ 新じゃが芋 味噌 味噌 長ねぎ	水 液体スープチキン 生姜 大根 しいたけ 生揚げ なると 清酒 醤油 食塩 こしょう チンゲン菜 長ねぎ ごま油	油 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン ウインナー じゃが芋 キャベツ 食塩 こしょう	水 削節 玉ねぎ 人参 しめじ 油揚げ 味噌 味噌 若布	
	ホッケ		鰯 澱粉 油 水 生姜 砂糖 清酒 みりん 醤油 ごま 澱粉	シュウマイ	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 カレー粉 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 スープストックチキン 食塩 こしょう 大豆 チーズ	鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油	
	ごま油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ 砂糖 スープストックチキン 味噌 醤油 澱粉 ピーマン	オリーブオイル にんにく 鶏肉 鶏肉 白ワイン 玉ねぎ トマト トマト ケチャップ 液体スープチキン スープストックチキン マッシュルーム イカ エビ カレー粉 食塩 こしょう コーン ピーマン 赤ピーマン オリーブオイル 澱粉	キャベツ きゅうり 人参 みりん 食塩 薄口醤油 塩昆布	ごま油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 筍 もやし オイスターソース 醤油 食塩 こしょう 人参 ピーマン 澱粉	油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 玉ねぎ 人参 カレー粉 トマト ケチャップ ウスターソース 醤油 スープストックチキン 食塩 こしょう 大豆 チーズ	ごま油 筍 さつま揚げ 砂糖 みりん 薄口醤油 人参 いんげん 粉かつお	
						河内晩柑	
			清見オレンジ				

日付	27	28	30				
献立名	ご飯 牛乳 麻婆豆腐丼 中華サラダ デコボン 中華ドレッシング	若布ご飯 牛乳 キャベツの味噌汁 シシヤモのゆかり揚げ 筑前煮	ご飯 牛乳 にら玉汁 鯖の塩焼き ひじきの煮物				
材料名	白飯	若布ご飯	白飯				
	牛乳	牛乳	牛乳				
	ごま油 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	水 削節 キャベツ 生揚げ 味噌 味噌 長ねぎ ほうれん草	水 昆布 削節 人参 筍 玉ねぎ 薄口醤油 食塩 澱粉 卵 長ねぎ にら				
				シシヤモ 小麦粉 しそ 水 食塩 油	鯖		
		大根 もやし 人参 しらたき きゅうり 茎若布	油 鶏肉 清酒 水 削節 ごぼう れんこん こんにやく しいたけ 人参 里芋 砂糖 みりん 醤油 食塩 いんげん	水 昆布 削節 ひじき れんこん 油揚げ 砂糖 みりん 醤油 枝豆 人参			
					デコボン		
	中華ドレッシング						