

	01	02	03	06	07	08
献立名	ご飯 牛乳 秋野菜カレーライス シルバーサラダ 巨峰 青じそドレッシング	ご飯 牛乳 ワンタンスープ イカのチリソース 生揚げのオイスター炒め	ご飯 牛乳 どさんこ汁 ホッケの文化干し 炒り豆腐	ご飯 牛乳 もずくの味噌汁 鶏肉の南部焼き おかか炒め	イギリスパン 牛乳 レタスと卵のスープ タラのマリネ ナポリタンソーテ	ご飯 牛乳 肉団子の生姜汁 秋刀魚の塩焼き 菊とキャベツの即席漬け
材料名	白飯	白飯	白飯	白飯	イギリスパン	白飯
	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 水 液体スープチキン さつまい 人参 なす しめじ りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	ごま油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 もやし しいたけ なると 食塩 こしょう 醤油 ワンタン 白菜	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 削節 じゃが芋 味噌 味噌 コーン 長ねぎ バター 醤油	水 削節 白菜 もずく 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	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 澱粉 卵 レタス	水 昆布 削節 肉団子 ごぼう 人参 しめじ 白菜 薄口醤油 醤油 食塩 みりん あさつき 生姜
	キャベツ コーン しらたき	イカ 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	ホッケ	鶏肉 醤油 ノンエッグマヨネーズ みりん コーン 清酒 ごま油 ごま ごま ごま	鱈 澱粉 油 オリーブオイル 赤ピーマン 黄ピーマン ピーマン 砂糖 食塩 こしょう 醤油 水 レモン 穀物酢	秋刀魚 食塩
	巨峰	油 人参 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	油 玉ねぎ 人参 しいたけ 豆腐 和風だし 砂糖 食塩 みりん 薄口醤油 卵 枝豆 ひじき	ごま油 筍 ごぼう 人参 さつま揚げ 砂糖 みりん 薄口醤油 いんげん 粉かつお	オリーブオイル ウインナー 玉ねぎ スープストックチキン ケチャップ トマト 中濃ソース 食塩 こしょう スパゲティ コーン	キャベツ 人参 きゅうり 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 菊
	青じそドレッシング					

	09	10	13	14	15	16
献立名	<p>麦ご飯 牛乳 若布スープ プルコギ丼 バニラアイス</p>	<p>ご飯 牛乳 オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース かぼちゃと豆のサラダ 和風クリームドレッシング</p>	<p>ご飯 牛乳 呉汁 太刀魚の唐揚げ 煮浸し</p>	<p>ご飯 牛乳 バターチキンカレーライス グリーンサラダ りんご 玉ねぎドレッシング</p>	<p>ご飯 牛乳 豆腐の吸物 シシヤモの磯辺揚げ なすのピリ辛炒め</p>	<p>ご飯 牛乳 大根となめこの味噌汁 鯖の塩焼き 肉じゃが</p>
材料名	麦ご飯	白飯	白飯	白飯	白飯	白飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	<p>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</p>	<p>油 にんにく 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 パセリ</p>	<p>水 削節 大根 人参 こんにゃく 里芋 油揚げ 味噌 味噌 大豆 長ねぎ</p>	<p>油 にんにく 生姜 玉ねぎ 水 液体スープチキン トマト ケチャップ 生クリーム 食塩 砂糖 バター 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 じゃが芋 カレー粉 澱粉</p>	<p>水 昆布 しいたけ 削節 豆腐 筍 みりん 食塩 薄口醤油 小松菜 長ねぎ</p>	<p>水 削節 大根 なめこ 味噌 味噌 ほうれん草 長ねぎ</p>
	<p>油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 ピーマン 大豆もやし しめじ 液体スープポーク中華 砂糖 はちみつ 醤油 コチュジャン にら ごま油 澱粉</p>	<p>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</p>	<p>太刀魚 食塩 こしょう 澱粉 油</p>	<p>キャベツ きゅうり 青大豆 コーン</p>	<p>シシヤモ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油</p>	<p>油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 削節 じゃが芋 こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース</p>
	<p>パニラアイス</p>	<p>和風クリームドレッシング</p>	<p>白菜 人参 もやし えのき みりん 醤油 食塩 粉かつお</p>	<p>りんご 玉ねぎドレッシング</p>	<p>油 トウバンジャン にんにく 豚肉 清酒 人参 ピーマン 黄ピーマン なす 砂糖 醤油 みりん 味噌 コチュジャン</p>	

	17	21	22	24	27	28
献立名	中華麺 牛乳 坦々麺スープ シュウマイ 中華炒め	ご飯 牛乳 白玉汁 鱈の西京焼き 筑前煮	麦ご飯 牛乳 中華丼 華風きゅうり 梨ゼリー	メープルシュガートースト 牛乳 サーモンシチュー プーティン	若布ご飯 牛乳 キャベツの味噌汁 真鯛フライ 玉ねぎの卵とじ 卓上ソース	ココア食パン 牛乳 ミネストローネ マスのバジルマヨネーズソース コーンと江戸菜のソテー
材料名	中華麺	白飯	麦ご飯	パン バター 砂糖 メープルシュガー	若布ご飯	ココア食パン
	牛乳	牛乳	牛乳	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 人参 もやし しいたけ 水 液体スープチキン 味噌 ごま 醤油 チンゲン菜 長ねぎ ごま 澱粉	水 削節 昆布 清酒 人参 かまぼこ 食塩 薄口醤油 白菜 白玉 小松菜 長ねぎ	ごま油 生姜 豚肉 清酒 エビ イカ 人参 筍 きくらげ 水 液体スープポーク中華 うずら卵 なると キャベツ 食塩 醤油 こしょう オイスターソース 砂糖 澱粉	油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 白菜 かぶ サーモン 清酒 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 チーズ	水 削節 キャベツ 人参 えのき 味噌 味噌 板ふ	油 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン セロリー ローレル ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ オレガノ
	シュウマイ	鱈 味噌	きゅうり 大根 人参 ごま油 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子	じゃが芋 油 油 にんにく 玉ねぎ 赤ワイン ウスターソース りんご デミソース 醤油 砂糖 水 澱粉	真鯛フライ 油	マス 食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジル 澱粉
	油 キャベツ 人参 きくらげ イカ 清酒 食塩 こしょう スープストックチキン 澱粉	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	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		油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 食塩 薄口醤油 卵 枝豆	マス 食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジル 澱粉
					卓上中濃ソース	マス 食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジル 澱粉
						ベーコン エリンギ 江戸菜 人参 コーン 食塩 こしょう スープストックチキン

献立名	29	30				
材料名	ご飯 牛乳 大豆もやしのスープ ヤンニョムチキン チャプチェ	ご飯 牛乳 すき焼き丼 胡麻酢和え りんご				
	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳				
	水 液体スープポーク中華 白菜 大豆もやし キムチ 味噌 醤油 食塩 長ねぎ	油 豚肉 清酒 清酒 みりん 醤油 しいたけ 砂糖 玉ねぎ 人参 豆腐 しらたき 長ねぎ 白菜				
	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	もやし 人参 キャベツ 砂糖 醤油 穀物酢 ごま 食塩				
	油 にんにく 豚肉 清酒 春雨 水 液体スープポーク中華 人参 ピーマン にら 砂糖 トウバンジャン ごま油 醤油 食塩	りんご				