

| 日付 | 01 | 02 | 03 | 04 | 07 | 08 |
|-----|--|--|--|---|---|---|
| 献立名 | ミックスピラフ 牛乳 野菜スープ 鶏肉のカレー風味焼き ジャーマンポテト | ちらし寿司 牛乳 海老しんじょの吸物 メバルのレモン風味揚げ こんにゃくの炒め煮 | 中華麺 牛乳 ジャージャー麺 中華炒め フルーツ杏仁 | ご飯 牛乳 ゆばの吸物 鮭の西京焼き ごぼうのバター醤油金平 | ご飯 牛乳 ポークカレーライス 茎若布サラダ 清見オレンジ 青じそドレッシング | ご飯 牛乳 豚汁 鯛の甘露煮 白菜のゆず風味 |
| 材料名 | ミックスピラフ | ちらし寿司 | 中華麺 | 白飯 | 白飯 | 白飯 |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| | 油 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 キャベツ コーン | 水 しいたけ 昆布 削節 大根 海老しんじょ かまぼこ 清酒 食塩 薄口醤油 長ねぎ みつば | 油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 筍 水 液体スープポーク中華 テンメンジャン 味噌 砂糖 醤油 澱粉 | 水 しいたけ 昆布 削節 玉ねぎ しめじ 薄口醤油 食塩 かまぼこ 小松菜 長ねぎ ゆば | 油 にんにく 生姜 豚肉 こしょう 清酒 水 液体スープチキン 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 | 油 豚肉 清酒 人参 ごぼう 大根 こんにゃく 水 削節 里芋 味噌 味噌 長ねぎ |
| | 鶏肉 食塩 こしょう カレー粉 にんにく | メバル 食塩 こしょう 澱粉 | 味噌 砂糖 醤油 澱粉 | 鮭 味噌 | 鯛 味噌 | 鯛の甘露煮 |
| | ベーコン こしょう 玉ねぎ じゃが芋 バター 食塩 スープストックチキン マスタード パセリ | 油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく 人参 筍 | ごま油 生姜 エリンギ 人参 もやし チンゲン菜 清酒 スープストックチキン 砂糖 醤油 食塩 澱粉 | ごま油 ごぼう れんこん 人参 砂糖 みりん 醤油 バター 枝豆 一味唐辛子 | コーン 人参 大根 茎若布 きゅうり | 白菜 人参 もやし 油揚げ みりん 和風だし 食塩 薄口醤油 ゆず |
| | | 油 生姜 豚肉 清酒 こんにゃく 人参 筍 ごぼう しいたけ 醤油 砂糖 みりん いんげん 一味唐辛子 | 杏仁寒天 桃 みかん りんご パイン | | 清見オレンジ 青じそドレッシング | |

| 日付 | 09 | 10 | 11 | 14 | 15 | 16 |
|-----|---|--|---|--|---|--|
| 献立名 | 赤飯 牛乳 紅白はんぺんの吸物 鶏肉の唐揚げ 胡麻和え 多摩市産ブルーベリーシュークリーム | ご飯 牛乳 中華スープ 焼き餃子 豚肉と大根の中華煮 | 丸パン ビーンチャウダー 白身魚フライ キャベツソテー 卓上ソース ミックスジュース | ご飯 牛乳 呉汁 真鯛の野菜あんかけ お浸し 卓上醤油 | ご飯 牛乳 若布スープ ビビンバ丼 はるか | ダイスチーズパン 牛乳 ポテトスープ ムロアジのメンチカツ コーンとほうれん草のソテー 卓上ソース |
| 材料名 | 赤飯 | 白飯 | パン | 白飯 | 白飯 | ダイスチーズパン |
| | 牛乳 | 牛乳 | 油 鶏肉 こしょう 清酒 玉ねぎ 水 液体スープチキン 白いんげん豆 人参 人参 コーン 牛乳 生クリーム 油 バター 小麦粉 チーズ 食塩 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 |
| | 水 しいたけ 昆布 削節 鶏肉 清酒 筍 大根 しめじ みりん 食塩 薄口醤油 はんぺん 長ねぎ | ごま油 生姜 水 液体スープポーク中華 きくらげ 玉ねぎ 人参 うずら卵 食塩 こしょう 醤油 チンゲン菜 | 鶏肉 こしょう 清酒 玉ねぎ 水 液体スープチキン 白いんげん豆 人参 人参 コーン 牛乳 生クリーム 油 バター 小麦粉 チーズ 食塩 | 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 | 水 冷凍ガラパック 清酒 生姜 鶏肉 こしょう 清酒 玉ねぎ しめじ 豆腐 醤油 食塩 若布 長ねぎ | ベーコン こしょう 玉ねぎ 人参 水 チキンブイヨン じゃが芋 食塩 グリーンピース |
| | 鶏肉 にんにく 生姜 清酒 醤油 澱粉 油 | ごま油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 大根 長ねぎ 砂糖 オイスターソース 醤油 青大豆 澱粉 | 白身魚フライ 油 | 真鯛 澱粉 油 生姜 玉ねぎ みりん 水 清酒 和風だし 砂糖 醤油 ピーマン 澱粉 | ごま油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 筍 ぜんまい 人参 大豆もやし キムチ 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 玉ねぎ キャベツ 人参 コーン スープストックチキン 食塩 こしょう ほうれん草 |
| | 人参 キャベツ いんげん こんにゃく みりん 砂糖 醤油 ごま ごま | 人参 大根 長ねぎ 砂糖 オイスターソース 醤油 青大豆 澱粉 | ベーコン こしょう 玉ねぎ キャベツ スープストックチキン 食塩 醤油 人参 | キャベツ 人参 ほうれん草 えのき | 人参 人参 コチュジャン 醤油 食塩 ほうれん草 | 卓上中濃ソース |
| | 多摩市産ブルーベリーシュークリーム | | 卓上中濃ソース | 卓上醤油 | はるか | |
| | | | ミックスジュース | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

| 日付 | 17 | 18 | 22 | 23 | | |
|-----|--|---|--|--|--|--|
| 献立名 | <p>ご飯 牛乳 豆腐の吸物 鯖の塩焼き 味噌炒め</p> | <p>ご飯 牛乳 キャベツの味噌汁 親子丼 デコボン</p> | <p>ご飯 牛乳 春雨スープ 油淋鶏 生揚げのオイスター炒め</p> | <p>ご飯 牛乳 根菜のごま汁 焼きシヤモ 切干大根のピリ辛煮</p> | | |
| 材料名 | 白飯 | 白飯 | 白飯 | 白飯 | | |
| | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | 牛乳 | | |
| | 水 しいたけ 昆布 削節 鶏肉 清酒 玉ねぎ 豆腐 みりん 食塩 薄口醤油 長ねぎ | <p>水 削節 キャベツ 人参 生揚げ 味噌 味噌 ほうれん草</p> | <p>ごま油 豚肉 こしょう 清酒 水 液体スープポーク中華 玉ねぎ 人参 白菜 しいたけ 食塩 醤油 春雨</p> | <p>水 削節 ごぼう 人参 れんこん 油揚げ 味噌 味噌 ごま ごま 長ねぎ</p> | | |
| | 鯖 | <p>油 鶏肉 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 醤油 卵 グリーンピース</p> | <p>鶏肉 澱粉 油 ごま油 にんにく 生姜 トウバンジャン 長ねぎ 穀物酢 みりん 砂糖 醤油 水</p> | シヤモ | | |
| | <p>ごま油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 キャベツ ピーマン 液体スープチキン 砂糖 醤油 味噌 澱粉</p> | デコボン | <p>油 生姜 人参 玉ねぎ 筍 生揚げ 清酒 液体スープポーク中華 砂糖</p> | <p>ごま油 生姜 にんにく 鶏肉 清酒 切干大根 こんにゃく 人参 キムチ 水 砂糖 みりん 醤油 食塩 いんげん</p> | | |
| | | | | <p>食塩 醤油 オイスターソース チンゲン菜 澱粉</p> | | |

右上へ続く➤