

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
								1	ヨーグルト	2	牛乳 マリービスケット
								御飯	米	ピビンパ	米 豚ひき肉 ほうれんそう もやし しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま油
								カレーの味揚げ	かれい 片栗粉 カレー粉 食塩 油	大根ナムル	だいこん カットわかめ 砂糖 しょうゆ みりん 酒 酢 ごま油 中華だし
								刻み昆布の煮物	ゆで大豆 にんじん ちくわ 刻みこんぶ ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	みそ汁	木綿豆腐 ごぼう ねぎ 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ
								すまし汁	だいこん 油揚げ ねぎ かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒		
								さつまいもおにぎり	米 さつまいも(皮付) 食塩 黒ごま 昆布だし汁	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
4	牛乳 ハイハイ	5	牛乳 とうけるゼリー	6	牛乳 たべっこBABY	7	牛乳 パナナ	8	ヨーグルト	9	牛乳 ミレービスケット
御飯	米	御飯	米	御飯	米	わかめ御飯	米 混ぜ込みわかめ	チキンカレー	米 鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご カレールー(小麦・乳)	ウインナーチャーハン	米 ウインナーソーセージ たまねぎ にんじん ねぎ 油 中華だしの素 しょうゆ
豚肉の中華炒め	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ 中華だし	鮭の塩焼き	さけ 食塩	鶏もも肉と鶏レバーの生姜煮	鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 片栗粉	醤油ラーメン	ゆで中華めん(小麦) 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ もやし ねぎ 中華だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	ほうれん草のマヨネーズ和え	ほうれんそう キャベツ しらす干し マヨネーズ しょうゆ	海藻サラダ	キャベツ ひじき カットわかめ しょうゆ 砂糖 酒 みりん
切り干し大根のサラダ	切り干しだいこん にんじん きゅうり 砂糖 みりん しょうゆ 酒 和風だしの素 ごま油	なめこ汁	木綿豆腐 なめこ みつば 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ	小松菜の海苔和え	こまつな キャベツ にんじん 焼きのり しょうゆ 酒 みりん 砂糖 ごま油	すまし汁	絹ごし豆腐 なめこ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	蓮根のひじきサラダ	れんこん きゅうり にんじん ひじき マヨネーズ しょうゆ	みそ汁	ごぼう 油揚げ みつば 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ
中華スープ	トウモロコシ たまねぎ しめじ しょうゆ みりん 酒 中華だしの素	バナナ	バナナ	オレンジ	オレンジ			ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ふかし芋	さつまいも(皮付)	おふラスク	焼ふ 無塩バター 油 砂糖	しらすおにぎり	米 しらす干し 焼きのり しょうゆ ごま油	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
11	牛乳 野菜ハイハイ	12	牛乳 とうけるゼリー	13	牛乳 パナナ	14	牛乳 コーンフロスティ	15	ヨーグルト	16	牛乳 ソフトせんべい
御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	食パン	食パン(小麦・乳)	御飯	米
青梗菜の甘辛炒め	鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ チンゲンサイ しめじ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 和風だしの素	肉じゃが	牛肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 糸こんにゃく グリンピース(冷凍) しょうゆ 酒 みりん 砂糖 和風だしの素	豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース) しょうが しょうゆ 酒 みりん	鯖・鯖のみそ焼き	さば さわら 白みそ みりん 酒	きのこ豆腐のミートローフ	豚ひき肉 牛ひき肉 にんじん たまねぎ 木綿豆腐 卵 しめじ えのきたけ ひじき パン粉 牛乳 食塩 ケチャップ	炒めビーフン	ビーフン 豚肉(ばら) にんじん キャベツ しょうゆ 酒 みりん
三色酢の物	だいこん きゅうり にんじん 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん 酒	ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー にんじん ツナ水煮缶 砂糖 しょうゆ みりん 酒	ひじきと大豆の含め煮	ひじき ゆで大豆 にんじん 板こんにゃく ちくわ 砂糖 酒 みりん しょうゆ 和風だしの素	納豆の磯野菜和え	納豆 こまつな にんじん 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	パロッキーの土佐和え	パロッキー にんじん かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ナムル	だいこん カットわかめ 酢 しょうゆ 酒 みりん 中華だしの素
わかめスープ	たまねぎ もやし カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 中華だしの素	さつまいも	さつまいも(皮付) 生揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ 和風だしの素	すまし汁	絹ごし豆腐 カットわかめ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	すまし汁	絹ごし豆腐 たまねぎ えのきたけ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ(うすくち) しょうゆ 酒	野菜スープ	レタス たまねぎ コーン(冷凍) 洋風だしの素 しょうゆ	みそ汁	なめこ 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ 和風だしの素
バナナ	バナナ	柿	かき	オレンジ	オレンジ	オレンジ	オレンジ				
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
フルーツポンチ	バナナ りんご なし みかん缶 砂糖 水	フレンチトースト	食パン(小麦・乳) 牛乳 卵 砂糖	バナナヨーグルト	ヨーグルト(加糖) パナナ	バナナヨーグルト	ヨーグルト(加糖) パナナ	にゅうめん	干しめん(小麦) 鶏もも肉(皮付き) にんじん しいたけ ねぎ かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	牛乳	牛乳
18	牛乳 パナナ	19	牛乳 ハイハイ	20	牛乳 たべっこBABY	21	牛乳 とうけるゼリー	22	ヨーグルト	23	牛乳 ぼたぼた焼き
御飯	米	秋野菜カレー	米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも れんこん しめじ りんご カレールー(小麦・乳)	御飯	米	塩昆布御飯	米 塩こんぶ	ごま塩御飯	米 ごましお	鶏井	米 鶏もも肉 たまねぎ ねぎ 砂糖 しょうゆ みりん 酒
牛肉の生姜きんぴら	牛肉(ばら) にんじん ごぼう 糸こんにゃく しょうが しょうゆ 砂糖 みりん 酒 和風だしの素	ポパイサラダ	ベーコン(卵・乳) ほうれんそう キャベツ マヨネーズ しょうゆ	太刀魚の塩焼き	たちうお 食塩	秋の五目うどん	ゆでうどん(小麦) 牛肉(ばら) たまねぎ にんじん かぶ かぶ・葉 しめじ 油揚げ かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ(うすくち) しょうゆ 酒	唐揚げ	鶏もも肉(皮付き) みりん しょうゆ 酒 たまねぎ 片栗粉 油	大根のおかか和え	だいこん カットわかめ かつお節 ひじき しょうゆ 酒 みりん 砂糖
胡瓜と豆腐の海苔和え	木綿豆腐 にんじん きゅうり 味付けのり 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにゃく ひじき 砂糖 しょうゆ 和風だしの素 白みそ すりごま	ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり にんじん ひじき マヨネーズ しょうゆ	すまし汁	油揚げ カットわかめ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	すまし汁	絹ごし豆腐 エリンギ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ(うすくち) しょうゆ 酒
切り干し大根のみそ汁	たまねぎ 切り干しだいこん しめじ ねぎ 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ			すまし汁	はくさい カットわかめ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	バナナ	バナナ	オレンジ	オレンジ		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
きなこ蒸しパン	ホットケーキミックス(小麦) きなこ 干しぶどう 調整豆乳	小松菜おにぎり	米 こまつな しらす干し しょうゆ 酒 みりん	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
25	牛乳 野菜ハイハイ	26	牛乳 とうけるゼリー	27	牛乳 パナナ	28	牛乳 コーンフロスティ	29	ヨーグルト	30	牛乳 たべっこBABY
かぶの葉御飯	米 かぶ・葉 食塩	ロールパン	ロールパン(小麦・乳)	御飯	米	御飯	米	御飯	米	生姜焼き	米 豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
ちくわの磯辺揚げ	ちくわ てんぷら粉(小麦・卵) あおのり 水	南瓜シチュー	鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ かぼちゃ しめじ 牛乳 シチューミックス(小麦・乳) 脱脂粉乳	鶏の味噌焼き	鶏もも肉(皮付き) 白みそ しょうゆ 酒 砂糖	鶏肉と大根の煮物	鶏もも肉(皮付き) だいこん にんじん 板こんにゃく ちくわ しょうゆ みりん 酒 砂糖 和風だしの素	きんぴら	ごぼう にんじん 糸こんにゃく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	胡瓜の塩昆布和え	きゅうり カットわかめ 塩こんぶ
ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨネーズ 食塩	スパゲティサラダ	スパゲティ(小麦) にんじん きゅうり ベーコン(卵・乳) マヨネーズ 食塩	ほうれん草の納豆和え	納豆 ほうれんそう にんじん 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	豆腐となめこのサラダ	木綿豆腐 なめこ キャベツ ひじき 焼きのり 砂糖 みりん しょうゆ 酒 ごま油	みそ汁	木綿豆腐 えのきたけ カットわかめ 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ	すまし汁	油揚げ しめじ みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒
すまし汁	かぶ 絹ごし豆腐 みつば かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒			みそ汁	ごぼう えのきたけ ねぎ 煮干だし汁 和風だしの素 白みそ	すまし汁	たまねぎ 油揚げ ねぎ かつおだし汁 和風だしの素 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒	りんご	りんご		
バナナ	バナナ			オレンジ	オレンジ						
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
さつまいもケーキ	ホットケーキミックス(小麦) さつまいも(皮付) 無塩バター 砂糖 卵 牛乳 脱脂粉乳	鮭とみつばのおにぎり	米 さけ みつば	牛乳	牛乳	フロスティヨーグルト	ヨーグルト(加糖) コーンフロスティ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
				オレンジゼリー	オレンジ濃縮果汁 水 砂糖 粉ゼラチン 水			かぼちゃプリン	かぼちゃ 調整豆乳 砂糖 ゼラチン 水	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)