

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
				1	牛乳 じゃがいも	2	牛乳 バナナ	3		4	牛乳 野菜ハイハイ
				御飯	米	さつまいもカレー	米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ 黄パプリカ 赤パプリカ さつまいも (皮付) りんご カレー粉 かつおだし ケチャップ ウスターソース	文化の日		御飯	米
				鶏ののりしお焼き	鶏もも肉(皮付き) 塩麹 あおのり	なかよしサラダ	キャベツ みかん缶 にんじん 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん きゅうり			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 ごま油
				ポパイサラダ	ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨドレ しょうゆ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)			もやしと胡瓜のナムル	もやし きゅうり ごま油 砂糖 酒 みりん しょうゆ 酢
				すまし汁	たまねぎ えのきたけ にんじん かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)					みそ汁	木綿豆腐 ねぎ さつまいも(皮付) 煮干だし汁 白みそ
				バナナ	バナナ						
				牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			牛乳	牛乳
				ウィンナー蒸しパン	ホットケーキ粉 調製豆乳 油 ウィンナーソーセージ ケチャップ	ツナサンド	ロールパン きゅうり ツナ油漬缶 マヨドレ			オレンジ	オレンジ
6	ヨーグルト	7	牛乳 オレンジ	8	牛乳 じゃがいも	9	牛乳 バナナ	10	牛乳 さつまいも	11	牛乳 ハイハイ
そぼろ丼	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん さやえんどう しょうゆ 酒 みりん 砂糖	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	牛丼	米 牛肉(ばら) たまねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
切り干し大根の煮物	切り干しだいこん にんじん 油揚げ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ちくわの磯辺揚げ	ちくわ あおのり 片栗粉 油	鯖のみそ焼き	さわら しょうゆ 酒 みりん 白みそ	豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース) しょうが 酒 みりん しょうゆ	鱈の煮付け	たら しょうゆ みりん 酒 砂糖 片栗粉	大根の梅肉和え	だいこん カットわかめ 梅干し 砂糖 酒 みりん しょうゆ
すまし汁	はくさい にんじん エリンギ かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)	ごぼうサラダ	ごぼう きゅうり にんじん ひじき マヨドレ しょうゆ	ブロッコリーのおかか和え	ブロッコリー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 かつお節	小松菜の海苔あえ	こまつな にんじん キャベツ 焼きのり しょうゆ 酒 みりん 砂糖	切り干し大根のサラダ	切り干しだいこん きゅうり にんじん 砂糖 酒 みりん しょうゆ	すまし汁	はくさい エリンギ みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)
オレンジ	オレンジ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	すまし汁	たまねぎ しいたけ 絹ごし豆腐 かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)	みそ汁	たまねぎ カットわかめ 焼ひ 煮干だし汁 白みそ	みそ汁	たまねぎ えのきたけ 煮干だし汁 白みそ 木綿豆腐		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	バナナヨーグルト	バナナ ヨーグルト(加糖)	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
マカロニきなこ	マカロニ きな粉 砂糖	りんごマフィン	小麦粉 卵 ベーキングパウダー 牛乳 砂糖 りんご 無塩バター 砂糖			コーンチーズパン	小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 砂糖 コーン 食塩 ベーキングパウダー	さつまいもパイ	ぎょうざの皮 さつまいも(皮付) 砂糖 無調製豆乳 粉糖 油	オレンジ	オレンジ
13	ヨーグルト	14	牛乳 オレンジ	15	牛乳 じゃがいも	16	牛乳 バナナ	17	牛乳 さつまいも	18	牛乳 野菜ハイハイ
御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	チャーハン	米 ウィンナーソーセージ たまねぎ にんじん ねぎ しょうゆ みりん 酒
鶏の味噌焼き	鶏もも肉(皮付き) 白みそ しょうゆ 酒 砂糖 みりん	鮭の塩焼き	鮭 食塩	八宝菜	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい こまつな しいたけ ねぎ しょうゆ ごま油 片栗粉 みりん 酒	大豆のミートローフ	豚ひき肉 牛ひき肉 たまねぎ にんじん ゆで大豆 コーン 木綿豆腐 片栗粉 ケチャップ 食塩	南瓜と厚揚げのそぼろ煮	かぼちゃ 生揚げ 豚ひき肉 にんじん 砂糖 酒 みりん しょうゆ	胡瓜の塩こんぶ和え	きゅうり 塩こんぶ
白菜ナムル	はくさい にんじん カットわかめ みりん 酒 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油	きんぴらごぼう	ごぼう れんこん 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	春雨サラダ	はるさめ きゅうり にんじん 砂糖 酒 みりん しょうゆ ごま油 酢	マカロニサラダ	マカロニ にんじん きゅうり コーン マヨドレ	あげとえのきのサラダ	キャベツ きゅうり 油揚げ えのきたけ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	野菜スープ	たまねぎ レタス コーン(冷凍) しょうゆ かつおだし汁 みりん 酒
みそ汁	木綿豆腐 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	だいこん にんじん みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)	中華スープ	コーン レタス たまねぎ しょうゆ 酒 みりん かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) ごま油 オレンジ	野菜スープ	たまねぎ キャベツ しめじ しょうゆ かつおだし汁 みりん 酒	みそ汁	焼ひ カットわかめ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ		
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	雑炊	米 にんじん だいこん ねぎ えのきたけ 酒 しょうゆ(うすくち) かつおだし汁	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 オレンジ	牛乳	牛乳
ジャムサンド	食パン いちごジャム	ふかし芋	さつまいも(皮付)	さつまいもとりんごケーキ	ホットケーキ粉 卵 さつまいも 無塩バター 砂糖 脱脂粉乳 牛乳 りんご					オレンジ	オレンジ
20	牛乳 オレンジ	21	ヨーグルト	22	牛乳 じゃがいも	23		24	牛乳 さつまいも	25	牛乳 ハイハイ
御飯	米	御飯	米	ソイ	米 豚肉(肩ロース) 卵 ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	勤労感謝の日		五目うどん	ゆでうどん 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん だいこん ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) しょうゆ 酒	スタミナ丼	米 豚肉(ばら) にら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
鶏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 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉	白身魚のトマトソースかけ	たら 片栗粉 油 たまねぎ トマト ケチャップ 酒 砂糖	ゴイ	こまつな にんじん キャベツ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん 砂糖 酢			キャベツのおかか和え	キャベツ かつお節 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	豆腐の海苔和え	木綿豆腐 にんじん きゅうり 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん
刻み昆布の煮物	刻みこんぶ ひじき ゆで大豆 にんじん 油揚げ ちくわ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	ポテトサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ 食塩	フォースープ	ブローチー にんじん しいたけ みつば かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)	バナナ	バナナ				
みそ汁	さつまいも(皮付) ねぎ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ	野菜スープ	たまねぎ レタス コーン しょうゆ かつおだし汁 みりん 酒	オレンジ	オレンジ	さつまいもおにぎり	米 さつまいも(皮付) 黒ごま 食塩 昆布だし汁			牛乳	牛乳
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	パンミー	ロールパン 豚肉(ばら) しょうゆ 砂糖 酒 みりん にんじん 酢					オレンジ	オレンジ
シュガートースト	食パン バター グラニュー糖	ピザまん風蒸しパン	ホットケーキミックス 豚ひき肉 とろけるチーズ ケチャップ 砂糖 調製豆乳								
27	ヨーグルト	28	牛乳 オレンジ	29	牛乳 じゃがいも	30	牛乳 バナナ				
御飯	米	御飯	米	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 ほうれんそう りんご カレー粉 かつおだし ケチャップ ウスターソース	豚二郎炒め	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ にら しょうゆ 砂糖 みりん 酒				
鶏肉と大根の煮物	鶏もも肉(皮付き) だいこん にんじん ちくわ 板こんにゃく グリンピース 砂糖 酒 みりん しょうゆ	赤魚の竜田揚げ	あかうお 片栗粉 しょうゆ 酒 みりん 油 しょうが	キャベツと胡瓜のみそドレッシング	キャベツ きゅうり コーン 白みそ 酢 しょうゆ ごま油	納豆の磯青菜和え	納豆 こまつな にんじん 焼きのり 砂糖 しょうゆ 酒 みりん				
胡瓜とわかめの酢の物	キャベツ きゅうり カットわかめ 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 酢	ほうれん草の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにゃく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 みりん すりごま	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	すまし汁	はくさい にんじん エリンギ かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち) オレンジ				
みそ汁	ねぎ たまねぎ かぼちゃ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	たまねぎ えのきたけ にんじん かつおだし汁 酒 しょうゆ(うすくち)			オレンジ	オレンジ				
バナナ	バナナ										
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	胡麻昆布おにぎり	米 塩こんぶ ごま ごま油				
じゃこピザ	食パン しらす干し マヨドレ しょうゆ とろけるチーズ 焼きのり	お好み焼き	お好み焼き粉 豚肉(ばら) キャベツ ねぎ 水 お好み焼きソース	フライドポテト	じゃがいも 油 食塩						