

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
						1	牛乳 バナナ	2	牛乳 さつまいも	3	牛乳 ハイハイ
							ポークカレー 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご カレー粉 ウ スターソース かつおだし汁 ケ チャップ いんげん		わかめ御飯 魚のかば焼き さわら 片栗粉 油 酒 砂糖 しょう ゆ みりん		鶏井 米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ しょうゆ 酒 砂糖
							なかよしサラダ キャベツ きゅうり みかん缶 にん じん 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん		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		キャベツの塩 昆布和え キャベツ 塩こんぶ
							ヨーグルト ヨーグルト(加糖)		すまし汁 みかん たまねぎ 絹ごし豆腐 エリンギ か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん		みそ汁 じゃがいも 油揚げ みつば 白み そ 煮干だし汁
							牛乳 あんバター スト		鶏と大豆のおに ぎり 米 鶏もも肉 ゆで大豆 にんじん かつおだし汁 しょうゆ しょうゆ(う すくち) 酒 みりん		牛乳 みかん 牛乳 みかん
5	ヨーグルト	6	牛乳 オレンジ	7	牛乳 じゃがいも	8	牛乳 バナナ	9	牛乳 さつまいも	10	牛乳 野菜ハイハイ
ちゃんぽん麺	ゆで中華めん 豚肉(ばら) たまね ぎ こまつな はくさい にんじん しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 み りん かつおだし汁	御飯 もも肉とレバー の生姜煮 米 鶏肉(からあげ用) 鶏レバー しょう ゆが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 片 栗粉	御飯 まぐろのみぞれ かけ 米 まぐろ 油 片栗粉 だいこん しょう ゆ 砂糖 かつおだし汁	御飯 回鍋肉 米 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ キャベツ ピーマン 白みそ しょう ゆ みりん	御飯 春雨サラダ 米 はるさめ きゅうり にんじん コーン (冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ ごま油	御飯 中華スープ 米 えのきたけ 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	御飯 鯖の味噌焼き 米 さわら 白みそ みりん 酒 砂糖	御飯 切り干し大根の 煮物 米 切り干しだいこん にんじん ちくわ 油揚げ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ナポリタン キャベツと コーンのサラ ダ 米 スパゲティ たまねぎ にんじん ピーマン ウィンナーソーセージ ケチャップ ウスターソース 砂糖	キャベツと コーンのサラ ダ 野菜スープ 米 キャベツ コーン(冷凍) しょうゆ 酒 みりん 砂糖	にんじん しめじ ブロッコリー しょう ゆ(うすくち) 酒 みりん
大豆の含め煮	にんじん ゆで大豆 板こんにやく 油揚げ ひじき 砂糖 みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁	ブロッコリーとち くわの味噌マヨ 和え ブロッコリー ちくわ すりごま 白み そ マヨドレ 砂糖 しょうゆ	みそ汁 バナナ 小松菜のなめこ 和え こまつな にんじん キャベツ なめ こ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	みそ汁 バナナ 木綿豆腐 はくさい ねぎ 白みそ 煮干だし汁	みそ汁 バナナ えのきたけ 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	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
オレンジ	オレンジ	すまし汁 絹ごし豆腐 たまねぎ えのきたけ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	バナナ バナナ	バナナ バナナ	バナナ バナナ	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
きなこ揚げパン	ロールパン 砂糖 油 きな粉	ふかし芋 さつまいも(皮付)	あんまん風蒸し パン ホットケーキミックス 牛乳 こしあ ん	鮭とみつばのお にぎり 米 さけ みつば 食塩	鮭とみつばのお にぎり 米 さけ みつば 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩	フライドポテト じゃがいも 油 食塩
12		13	牛乳 バナナ	14	牛乳 じゃがいも	15	牛乳 オレンジ	16	牛乳 さつまいも	17	牛乳 ハイハイ
			食パン 豚肉(ばら) ゆで大豆 じゃがいも にんじん たまねぎ ケチャップ ウ スターソース 砂糖	御飯 さつまいもとちく わの磯辺揚げ 米 ちくわ あおのり 小麦粉 油	御飯 タンダーリーチキ ン 米 鶏肉(からあげ用) カレー粉 ヨー グルト(無糖) ケチャップ	御飯 ポテトサラダ 米 じゃがいも にんじん きゅうり マヨ ドレ 食塩	御飯 鯖の塩焼き 米 さけ 食塩	御飯 きんぴらごぼう 米 ささがきごぼう にんじん 糸こんに やく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	チャーハン 白菜ナムル 春雨スープ 米 ウィンナーソーセージ たまね ぎ にんじん ねぎ 油 しょうゆ	チャーハン 白菜ナムル 春雨スープ 米 ウィンナーソーセージ たまね ぎ にんじん ねぎ 油 しょうゆ	
			ポパイサラダ ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨドレ	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	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	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	きんぴらごぼう ささがきごぼう にんじん 糸こんに やく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	きんぴらごぼう ささがきごぼう にんじん 糸こんに やく ちくわ ごま しょうゆ 酒 みりん 砂糖	白菜ナムル 春雨スープ 米 はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酢 酒 みりん 砂糖 ごま 油	白菜ナムル 春雨スープ 米 はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酢 酒 みりん 砂糖 ごま 油	
			野菜スープ たまねぎ レタス コーン しょうゆ (うすくち) 酒 みりん	みそ汁 オレンジ キャベツ 生揚げ カットわかめ 煮 干だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ だいこん なめこ ほうれんそう 煮 干だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ だいこん なめこ ほうれんそう 煮 干だし汁 白みそ	すまし汁 みかん しめじ たまねぎ みつば かつおだ し汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすく ち) みりん	すまし汁 みかん しめじ たまねぎ みつば かつおだ し汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすく ち) みりん	みかん	みかん	
			みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
			胡麻昆布おに ぎり 米 塩こんぶ ごま ごま油	牛乳 クッキー 牛乳 小麦粉 バター 粉糖	牛乳 チーズ蒸しパン 牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 クリームチー ズ 卵	牛乳 チーズ蒸しパン 牛乳 ホットケーキ粉 牛乳 クリームチー ズ 卵	牛乳 フロスステイヨー グルト ヨーグルト(加糖) 干しぶどう シスコー ン	牛乳 フロスステイヨー グルト ヨーグルト(加糖) 干しぶどう シスコー ン	牛乳 みかん	牛乳 みかん	
19	ヨーグルト	20	牛乳 オレンジ	21	牛乳 じゃがいも	22	牛乳 バナナ	23		24	牛乳 野菜ハイハイ
味噌煮込みうどん	ゆでうどん 豚肉(ばら) にんじん たまねぎ はくさい コーン(冷凍) 白みそ みりん 酒 しょうゆ かつ おだし汁	御飯 鯖の竜田揚げ 米 さわら 片栗粉 油 しょうゆ 酒 みりん しょうが	御飯 鶏のトマト煮 米 鶏もも肉 にんじん たまねぎ ブロッ コリー しめじ ホールトマト缶詰 ケ チャップ 砂糖 ウスターソース 酒	御飯 白身魚のオー ロラソース 米 メルルーサ 片栗粉 油 マヨドレ ケチャップ	御飯 ロールパン 米 ロールパン	御飯 白身魚のオー ロラソース 米 メルルーサ 片栗粉 油 マヨドレ ケチャップ	御飯 ラタウイユ 米 にんじん たまねぎ 赤ピーマン な す ホールトマト缶詰 砂糖 酒 み りん しょうゆ	御飯 ポトフ 米 ウィンナーソーセージ にんじん たまねぎ じゃがいも キャベツ 酒 みりん しょうゆ(うすくち)	御飯 オレンジ 米 オレンジ	御飯 牛乳 小豆初 ハーゲンツァハッサー 無塩 バター 砂糖 卵 レモン果汁 レモ ン汁	御飯 オレンジ 米 オレンジ
			パンパンジー 鶏ささ身 きゅうり にんじん すりご ま ごま油 しょうゆ 酢 砂糖 白 みそ	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ キャベツと胡瓜 のみそドレシ ング みそ汁 バナナ だいこん 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん
			みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
			牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
ツナトースト	牛乳 食パン ツナ油漬缶 コーン(冷凍) とろけるチーズ	牛乳 マカロニきなこ マカロニ きな粉 砂糖	牛乳 マカロニきなこ マカロニ きな粉 砂糖	牛乳 にゅうめん 干しとうめん にんじん だいこん えのきたけ みつば かつおだし汁 しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 み りん	牛乳 ウイークエンド シトロン 牛乳 ウイークエンド シトロン	牛乳 ウイークエンド シトロン 牛乳 ウイークエンド シトロン	牛乳 オレンジ 牛乳 オレンジ	牛乳 オレンジ 牛乳 オレンジ	牛乳 オレンジ 牛乳 オレンジ	牛乳 オレンジ 牛乳 オレンジ	牛乳 オレンジ 牛乳 オレンジ
26	牛乳 オレンジ	27	ヨーグルト	28	牛乳 じゃがいも	29	牛乳 バナナ				
ドライカレー	米 豚ひき肉 牛ひき肉 にんじん たまねぎ ピーマン カレー粉 ウ スターソース かつおだし汁 ケチャッ プ	御飯 豚肉の生姜焼 き 米 豚肉(肩ロース) しょうが しょうゆ 酒 みりん	御飯 そぼろ丼 米 米 豚ひき肉 たまねぎ にんじん さやえんどう しょうゆ 酒 砂糖	御飯 塩昆布御飯 米 米 塩こんぶ	御飯 カレーの磯辺揚 げ 米 カレーの磯辺揚 げ かれない 片栗粉 油 あおのり 食 塩	御飯 ささ身と胡瓜の ナムル 米 ささ身と胡瓜の ナムル 鶏ささ身 きゅうり ひじき にんじん 酢 しょうゆ 砂糖 ごま油	御飯 みそ汁 米 さつまいも 油揚げ ねぎ 煮干だ し汁 白みそ				
さつまいもとツ ナのサラダ	さつまいも にんじん ツナ油漬缶 マヨドレ 食塩	マカロニサラダ マカロニ きゅうり にんじん コーン (冷凍) マヨドレ 食塩	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖	こまつなツナサ ラダ こまつな ツナ油漬缶 もやし しょう ゆ 酒 みりん 砂糖
野菜スープ	ほうれんそう しめじ ブロッコリー しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	すまし汁 たまねぎ 絹ごし豆腐 みつば か つおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ (うすくち) みりん	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ	みそ汁 バナナ たまねぎ 焼く カットわかめ 煮干 だし汁 白みそ
ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん	みかん
やきそば	焼きそばめん 豚肉(ばら) 焼きそ ばソース にんじん キャベツ もや し 中濃ソース	牛乳 おふラスク 牛乳 焼く 無塩バター 油 砂糖	牛乳 おふラスク 牛乳 焼く 無塩バター 油 砂糖	牛乳 バナナケーキ 牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー パナ ナ 無塩バター 砂糖 卵 牛乳							

振替休日

天皇誕生日