

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					
						御飯 米 カレイの磯辺揚げ ポパイサラダ すまし汁 オレンジ	米 かれい 片栗粉 油 あおりの 食塩 ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨネーズ たまねぎ エリンギ にんじん かつおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすくち) みりん オレンジ	御飯 米 ポークビーンズ ささ身と胡瓜のサラダ みそ汁 ヨーグルト	米 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 鶏ささ身 きゅうり にんじん ひじき マヨネーズ 木綿豆腐 油揚げ ねぎ 白みそ 煮干だし汁 ヨーグルト(加糖)	<b>憲法記念日</b>					
						牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン いちごジャム	きつねおにぎり 米 油揚げ 砂糖 酒 みりん しょうゆ							
5		6		7	牛乳 コンフレーク	8	牛乳 バナナ	9	牛乳 さつまいも			10	牛乳 ハイハイ		
<b>こどもの日</b>		<b>振替休日</b>		御飯 米 メルルーサの南蛮漬 ブロccoliのツナ和え 野菜スープ 牛乳 水ようかん	米 メルルーサ 片栗粉 油 砂糖 しょうゆ 酢 ブロccoli にんじん ツナ油漬 しょうゆ 砂糖 酒 みりん たまねぎ レタス コーン(冷凍) 洋風だしの素 かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 牛乳 こしあん(生) 粉かんでん 水	わかめ御飯 米 炊き込みわかめ キャベツの塩昆布和え 豚汁 オレンジ	米 炊き込みわかめ キャベツ ツナ油漬 塩昆布 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん だいこん さつまいも(皮付) ごぼう ねぎ 煮干だし汁 白みそ オレンジ	御飯 米 鯖の竜田揚げ ささ身ともやしのナムル 中華スープ バナナ	米 さわら 片栗粉 油 しょうゆ 酒 みりん しょうが もやし キャベツ にんじん 鶏ささ身 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん ごま油 はるさめ えのきたけ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ 酒 みりん 鶏がらスープの素 バナナ			とんとん丼 米 豚肉(肩ロース) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 もやしの和え物 みそ汁 牛乳 バナナ	米 豚肉(肩ロース) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 さつまいも ねぎ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ 牛乳 バナナ		
				12	牛乳 バナナ	13	ヨーグルト	14	牛乳 コンフレーク	15	牛乳 バナナ	16	牛乳 さつまいも	17	牛乳 野菜ハイハイ
				チキンカレー なかよしサラダ とろけるゼリー	米 鶏も肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご カレールウ グリンピース(冷凍) 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 とろけるゼリー	御飯 米 鮭の塩焼き 大豆の煮物 みそ汁	さけ 食塩 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 さつまいも もやし ねぎ 煮干だし汁 白みそ	御飯 米 麻婆豆腐 三色酢の物 すまし汁 ラフランスゼリー	豚ひき肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ 白みそ 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉 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 たまねぎ エリンギ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん ラフランスゼリー	わかめ御飯 米 キャベツの塩昆布和え 豚汁 春雨サラダ みそ汁 オレンジ	米 鶏も肉(皮付き) 片栗粉 あおりの 油 しょうゆ 酒 みりん 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 キャベツ 生揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ オレンジ	御飯 米 鯖・鯖の味噌焼き 切り干し大根の煮物 すまし汁	米 さば さわら 白みそ みりん 酒 砂糖 切り干しだいこん にんじん ちくわ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 たまねぎ 絹ごし豆腐 しいたけ かつおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすくち) みりん	豚汁うどん ゆでうどん 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん だいこん ねぎ 煮干だし汁 白みそ さつまいもの煮物 牛乳 バナナ	さつまいも 砂糖 しょうゆ 酒 みりん 牛乳 バナナ
				コーンフレークヨーグルト	ヨーグルト(加糖) コーンフレーク 干しぶどう	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉 バター 粉糖 ココア(ピュアココア)	牛乳 ふかし芋	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖 卵 レモン果汁 レモン 牛乳	牛乳 レモンケーキ	牛乳 マカロニきなこ	ヨーグルト オレンジ	ヨーグルト(加糖) オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 バナナ
19	牛乳 バナナ	20	牛乳 バナナ	21	牛乳 コンフレーク	22	牛乳 バナナ	23	牛乳 さつまいも	24	牛乳 ハイハイ				
五目うどん 豆腐の海苔和え かぼちゃプリン	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 みりん 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 かぼちゃプリン	御飯 米 もも肉とレバーの生姜煮 スパゲティサラダ みそ汁 オレンジ	鶏肉(からあげ用) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 片栗粉 スパゲティ にんじん きゅうり マヨネーズ 焼ふ 木綿豆腐 たまねぎ カットわかめ 煮干だし汁 白みそ	御飯 米 メルルーサの南蛮漬 ブロccoliのツナ和え 野菜スープ 牛乳 水ようかん	メルルーサ 片栗粉 油 砂糖 しょうゆ 酢 ブロccoli にんじん ツナ油漬 しょうゆ 砂糖 酒 みりん たまねぎ レタス コーン(冷凍) 洋風だしの素 かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 牛乳 こしあん(生) 粉かんでん 水	わかめ御飯 米 キャベツの塩昆布和え 豚汁 オレンジ	米 鶏も肉(皮付き) 片栗粉 あおりの 油 しょうゆ 酒 みりん 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 キャベツ 生揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ オレンジ	御飯 米 鯖の竜田揚げ ささ身ともやしのナムル 中華スープ バナナ	米 さわら 片栗粉 油 しょうゆ 酒 みりん しょうが もやし キャベツ にんじん 鶏ささ身 砂糖 しょうゆ(うすくち) 酢 みりん ごま油 はるさめ えのきたけ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすくち) みりん	とんとん丼 米 豚肉(肩ロース) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 もやしの和え物 みそ汁 牛乳 バナナ	米 豚肉(肩ロース) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 さつまいも ねぎ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ 牛乳 バナナ				
26	牛乳 バナナ	27	ヨーグルト	28	牛乳 コンフレーク	29	牛乳 バナナ	30	牛乳 さつまいも	31	牛乳 野菜ハイハイ				
チキンカレー なかよしサラダ とろけるゼリー	米 鶏も肉(皮付き) にんじん たまねぎ じゃがいも りんご カレールウ グリンピース(冷凍) 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 とろけるゼリー	御飯 米 鮭の塩焼き 大豆の煮物 みそ汁	さけ 食塩 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 さつまいも もやし ねぎ 煮干だし汁 白みそ	御飯 米 麻婆豆腐 三色酢の物 すまし汁 ラフランスゼリー	豚ひき肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ しいたけ ねぎ 白みそ 砂糖 酒 みりん しょうゆ 片栗粉 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 たまねぎ エリンギ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん ラフランスゼリー	肉じゃが 納豆の磯青海和え すまし汁 バナナ	米 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 糸こんにやく 砂糖 酒 みりん しょうゆ 納豆 こまつな にんじん 砂糖 しょうゆ 酒 みりん 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 バナナ	御飯 米 鯖・鯖の味噌焼き 切り干し大根の煮物 すまし汁	米 さば さわら 白みそ みりん 酒 砂糖 切り干しだいこん にんじん ちくわ しょうゆ 酒 みりん 砂糖 たまねぎ 絹ごし豆腐 しいたけ かつおだし汁 しょうゆ 酒 しょうゆ(うすくち) みりん	豚汁うどん ゆでうどん 豚肉(ばら) たまねぎ にんじん だいこん ねぎ 煮干だし汁 白みそ さつまいもの煮物 牛乳 バナナ	さつまいも 砂糖 しょうゆ 酒 みりん 牛乳 バナナ				
コーンフレークヨーグルト	ヨーグルト(加糖) コーンフレーク 干しぶどう	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉 バター 粉糖 ココア(ピュアココア)	牛乳 ふかし芋	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖 卵 レモン果汁 レモン 牛乳	牛乳 バナナ	牛乳 マカロニきなこ	ヨーグルト オレンジ	ヨーグルト(加糖) オレンジ	牛乳 バナナ	牛乳 バナナ				