

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
		1	牛乳 オレンジ	2	牛乳 じゃがいも	3	牛乳 バナナ	4	牛乳 さつまいも	5	かぼちゃプリン
		御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	スタミナ丼	米 豚肉(ばら) なら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
		鮭の塩焼き	さけ 食塩	鶏肉の塩 麴焼き	鶏もも肉 塩麴	かれいの 西京焼き	かれい 白みそ 砂糖 しょうゆ(うすくち)	春野菜の 旨煮	豚肉(ばら) にんじん 新たまねぎ 新じゃがいも 春キャベツ グリーンアスパラガス たけのこ しょうゆ 酒 砂糖 みりん	白菜の和 え物	はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
		白菜の海 苔和え	はくさい きゅうり 焼きのり 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	切り干し大 根の煮物	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	ブロッコ リーのツナ 和え	ブロッコリー にんじん ツナ缶 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ささ身とも やしの和え 物	もやし キャベツ にんじん 鶏ささ身 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	すまし汁	たまねぎ こまつな 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	さつまいも たまねぎ 油揚げ 煮干だし汁 白みそ	みそ汁	はくさい 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	エリンギ たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	中華スープ の素	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		
		バナナ	バナナ	ヨーグルト	ヨーグルト			オレンジ	オレンジ		
		牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
		ふかし芋	さつまいも(皮付)	ハムチーズ サンドイッチ	食パン ハム スライスチーズ	おふラスク	焼ふ 無塩バター 油 砂糖	カステラ	小麦粉 卵 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳	オレンジ	オレンジ
7	牛乳 オレンジ	8	牛乳 バナナ	9	牛乳 じゃがいも	10	牛乳 バナナ	11	牛乳 さつまいも	12	ラ・フランスのゼリー
醤油ラーメン	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 コーン しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん かつおだし汁	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	鶏丼	米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 砂糖
		豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが しょうゆ 酒 みりん	赤魚の煮付け	あかうお 砂糖 酒 みりん しょうゆ 水	牛肉とごぼうの甘辛炒め	牛肉(ばら) にんじん ごぼう 糸こんにやく しょうゆ 砂糖 みりん 酒	魚のネギ味噌焼き	さわら 万能ねぎ 白みそ みりん 酒 砂糖	キャベツの塩昆布和え	キャベツ 塩こんぶ
		切り干し大根のサラダ	小松菜の なめこ和え	新じゃがサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり たまねぎ マヨネーズ 食塩	ほうれん草の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにやく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 すりごま	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	みそ汁	じゃがいも 油揚げ みつば 白みそ 煮干だし汁
		バナナ	バナナ	みそ汁	厚揚げ えのきたけ たまねぎ 煮干しだし 白みそ	すまし汁	エリンギ たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	すまし汁	はくさい たまねぎ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん		
				ヨーグルト	ヨーグルト	ラフランスのゼリー	ラフランスのゼリー				
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	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
		あんまん風 蒸しパン	ホットケーキ粉 調製豆乳 こしあん	胡麻昆布おにぎり	米 塩こんぶ ごま	黒胡麻 チーズパン	小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 砂糖 黒ごま 食塩 ベーキングパウダー	水ようかん	こしあん 粉かんでん 水	バナナ	バナナ
14	牛乳 バナナ	15	牛乳 オレンジ	16	牛乳 じゃがいも	17	牛乳 バナナ	18	牛乳 さつまいも	19	かぼちゃプリン
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) 油揚げ 白みそ みりん 酒 しょうゆ かつおだし汁	御飯	米	御飯	米	御飯	米	御飯	米	スタミナ丼	米 豚肉(ばら) なら にんじん 白みそ しょうゆ 砂糖
		胡瓜とわかめの酢の物	キャベツ きゅうり カットわかめ しらす干し 砂糖 みりん 酒 しょうゆ 酢	鶏肉の塩 麴焼き	鶏もも肉 塩麴	かれいの 西京焼き	かれい 白みそ 砂糖 しょうゆ(うすくち)	春野菜の 旨煮	豚肉(ばら) にんじん 新たまねぎ 新じゃがいも 春キャベツ グリーンアスパラガス たけのこ しょうゆ 酒 砂糖 みりん	白菜の和 え物	はくさい にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖
		かぼちゃプリン	かぼちゃプリン	白菜の海 苔和え	はくさい きゅうり 焼きのり 砂糖 みりん 酒 しょうゆ	ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー にんじん ツナ缶 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	ささ身とも やしの和え 物	もやし キャベツ にんじん 鶏ささ身 しょうゆ 酒 みりん 砂糖	すまし汁	たまねぎ こまつな 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	さつまいも たまねぎ 油揚げ 煮干だし汁 白みそ	すまし汁	エリンギ たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	中華スープ の素	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		
				ヨーグルト	ヨーグルト			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	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
お好み焼き	お好み焼き粉 豚肉(ばら) キャベツ 卵 ねぎ 水 お好み焼きソース あおのり かつお節	ふかし芋	さつまいも(皮付)	ハムチーズ サンドイッチ	食パン ハム スライスチーズ	おふラスク	焼ふ 無塩バター 油 砂糖	カステラ	小麦粉 卵 ベーキングパウダー 砂糖 牛乳	オレンジ	オレンジ
21	牛乳 オレンジ	22	牛乳 バナナ	23	牛乳 じゃがいも	24	牛乳 バナナ	25	牛乳 さつまいも	26	ラ・フランスのゼリー
醤油ラーメン	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 コーン しょうゆ しょうゆ(うすくち) 酒 みりん かつおだし汁	御飯	米	御飯	米	御飯	米	わかめ御飯	米 混ぜ込みわかめ	鶏丼	米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 砂糖
		豚肉の生姜焼き	豚肉(肩ロース) たまねぎ しょうが しょうゆ 酒 みりん	赤魚の煮付け	あかうお 砂糖 酒 みりん しょうゆ 水	魚のネギ味噌焼き	さわら 万能ねぎ 白みそ みりん 酒 砂糖	鶏の磯辺揚げ	鶏もも肉(皮付き) 塩麴 片栗粉 あおのり 油	キャベツの塩昆布和え	キャベツ 塩こんぶ
		切り干し大根のサラダ	小松菜の なめこ和え	新じゃがサラダ	じゃがいも にんじん きゅうり たまねぎ マヨネーズ 食塩	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	春雨サラダ	はるさめ きゅうり にんじん 酢 砂糖 酒 みりん しょうゆ ごま油	みそ汁	じゃがいも 油揚げ みつば 白みそ 煮干だし汁
		バナナ	バナナ	みそ汁	厚揚げ えのきたけ たまねぎ 煮干しだし 白みそ	すまし汁	はくさい たまねぎ カットわかめ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん	けんちん汁	木綿豆腐 にんじん だいこん ごぼう 油揚げ ねぎ かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん		
				ヨーグルト	ヨーグルト			オレンジ	オレンジ		
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	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
		あんまん風 蒸しパン	ホットケーキ粉 調製豆乳 こしあん	胡麻昆布おにぎり	米 塩こんぶ ごま	水ようかん	こしあん 粉かんでん 水	クッキー	小麦粉 バター 粉糖 ココア(ピュアココア)	バナナ	バナナ
28	牛乳 オレンジ	29		30	牛乳 じゃがいも		牛乳 さつまいも				
御飯	米			御飯	米						
				牛肉とごぼうの甘辛炒め	牛肉(ばら) にんじん ごぼう 糸こんにやく しょうゆ 砂糖 みりん 酒						
				ほうれん草の白和え	木綿豆腐 にんじん ほうれんそう 板こんにやく ひじき 白みそ しょうゆ 砂糖 すりごま						
				すまし汁	エリンギ たまねぎ みつば かつおだし汁 しょうゆ(うすくち) 酒 みりん						
				フンファンハのゼリー	ラフランスのゼリー						
バナナ	バナナ			牛乳	牛乳						
牛乳	牛乳			牛乳	牛乳						
マカロニナポリタン	マカロニ たまねぎ ワインダー にんじん ビーマン ケチャップ 洋風だしの素 ウスターソース			黒胡麻 チーズパン	小麦粉 とろけるチーズ 牛乳 砂糖 黒ごま 食塩 ベーキングパウダー						

昭和の日