

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日			
2	牛乳 オレンジ	3	牛乳 パナナ	4	牛乳 じゃがいも	5	牛乳 パナナ	6	牛乳 さつまいも	7		りんごのムース	
牛肉うどん	ゆでうどん 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ こまつな かつおだし汁 しょうゆ (うすくち) しょうゆ 酒 みりん	御飯	米	ロールパン	ロールパン	御飯	米	御飯	米	ツナの和風パスタ	スパゲティ	ツナ缶 にんじん たまねぎ コーン しょうゆ 酒 パター	
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 かつおだし汁	白身魚のバーベキューソース	メルルーサ 片栗粉 油 りんご たまねぎ レモン しょうゆ 酒 みりん 砂糖	かぶと鶏肉のクリームシチュー	鶏もも肉(皮付き) にんじん たまねぎ かぶ じゃがいも ほうれんそう しめじ 牛乳 シチューミックスクリーム	もも肉とレバーの生姜煮	鶏もも肉(皮付き) 鶏レバー しょうが しょうゆ 酒 みりん 砂糖 片栗粉	肉じゃが	牛肉(ばら) にんじん たまねぎ じゃがいも 糸こんにやく グリンピース(冷凍) 砂糖 酒 みりん しょうゆ	ラフランスのゼリー	ラフランスのゼリー		
ラフランスのゼリー	ラフランスのゼリー	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	マカロニサラダ	マカロニ にんじん きゅうり コーン マヨネーズ	小松菜とあげの和え物	こまつな キャベツ にんじん 油揚げ しょうゆ 酒 みりん 砂糖	納豆の磯青菜和え	納豆 こまつな にんじん 砂糖 しょうゆ 酒 みりん	みそ汁	はくさい 焼ふ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)
牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン いちごジャム	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	牛乳 おふろasuk	牛乳 焼ふ 無塩バター 油 砂糖	牛乳 ふかし芋	牛乳 さつまいも(皮付)	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	みかん	みかん		
9	牛乳 パナナ	10	牛乳 オレンジ	11	牛乳 じゃがいも	12	牛乳 パナナ	13	牛乳 さつまいも	14		かぼちゃプリン	
冬野菜カレー	米 牛肉(ばら) にんじん たまねぎ れんこん じゃがいも かぶ こまつな りんご カレールウ	御飯	米	おにぎり	米 塩こんぶ 混ぜ込みわかめ	御飯	米	御飯	米	鶏井	米 鶏もも肉(皮付き) たまねぎ ねぎ しょうゆ 酒 砂糖		
胡瓜とわかめの酢物	きゅうり キャベツ カットわかめ 酢 しょうゆ(うすくち) 砂糖 みりん	鯖と鯖の照り焼き	さわら さば しょうゆ 酒 みりん	ウインナー	アルトバイエルン	タンドリーチキン	鶏もも肉(皮付き) カレー粉 ヨーグルト(無糖) ケチャップ	鮭のグリル レモンソース	さけ 食塩 バター レモン果汁 パセリ	さつまいもの煮物	さつまいも(皮付) しょうゆ 酒 みりん 砂糖		
みかん	みかん	きんぴらごぼう	ごぼう れんこん 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	鶏の磯辺揚げ	鶏もも肉(皮付き) 片栗粉 あおのり 油 塩こしょう	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	マッシュポテト	じゃがいも 牛乳 食塩	みそ汁	なす 油揚げ たまねぎ 煮干だし汁 白みそ		
牛乳 じゃこピザ	牛乳 食パン しらす干し マヨネーズ しょうゆ 焼きのり とろけるチーズ	牛乳 フライドポテト	牛乳 じゃがいも 油 食塩	牛乳 チーズ蒸しパン	牛乳 ホットケーキ粉 クリームチーズ 卵 牛乳	みそ汁	木綿豆腐 油揚げ ねぎ 白みそ 煮干だし汁	チャウダー	ベーコン にんじん たまねぎ ほうれんそう しめじ 牛乳 シチューミックスクリーム	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)		
16	牛乳 オレンジ	17	牛乳 パナナ	18	牛乳 じゃがいも	19	牛乳 さつまいも	20	牛乳 パナナ	21		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 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	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		
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 みりん しょうゆ 酒 ごま油	鮭の塩焼き	さけ 食塩	豚肉とれんこんの甘辛炒め	豚肉(ばら) にんじん たまねぎ れんこん いんげん 砂糖 みりん しょうゆ 酒	鶏肉のさっぱりレモン焼き	鶏もも肉 酒 食塩 砂糖 みりん しょうゆ レモン果汁 パセリ	豚肉(ばら)と大根の煮物	豚肉(ばら) だいこん にんじん ちくわ 板こんにやく グリンピース 砂糖 酒 みりん しょうゆ	もやしのツナ和え	もやし にんじん カットわかめ しょうゆ 酒 みりん 砂糖		
ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)	大豆の煮物	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	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 砂糖 酒 みりん しょうゆ	ポパイサラダ	ベーコン ほうれんそう キャベツ マヨネーズ	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	みそ汁	たまねぎ 木綿豆腐 ねぎ 煮干だし汁 白みそ		
牛乳 かぼちゃのおやき	牛乳 かぼちゃ 調整豆乳 こしあん(砂糖添加)	牛乳 クッキー	牛乳 小麦粉 バター 粉糖 ココア(幼児)	牛乳 あんぱたートースト	牛乳 食パン こしあん(砂糖添加) バター	すまし汁	しめじ はくさい 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	じゃがいも 油揚げ ねぎ 煮干だし汁 白みそ	ヨーグルト	ヨーグルト(加糖)		
23	牛乳 オレンジ	24	牛乳 パナナ	25	牛乳 じゃがいも	26	牛乳 さつまいも	27	牛乳 パナナ	28		ヨーグルト	
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 カレールウ いんげん	わかめ御飯	米 炊き込みわかめ	御飯	米	塩昆布御飯	米 塩こんぶ	御飯	米	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 みりん		
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	チューリップチキン	鶏手羽 鶏もも肉(皮付き) しょうゆ 酒 みりん たまねぎ 片栗粉 油	鯖・鯖の味噌焼き	さば さわら 白みそ みりん 酒 砂糖	カレーの磯辺揚げ	かれい 片栗粉 油 あおのり 食塩	スバゲティサラダ	スパゲティ ツナ油漬缶 コーン マヨネーズ 食塩	かぼちゃのいとこ煮	かぼちゃ つぶあん(砂糖添加) しょうゆ 酒 砂糖		
ラフランスのゼリー	ラフランスのゼリー	ブロッコリーのツナ和え	ブロッコリー にんじん しょうゆ 酒 みりん 砂糖 かつお節	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	みそ汁	鶏ささ身 きゅうり ひじき にんじん 酢 しょうゆ ごま油	すまし汁	たまねぎ にんじん 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				
雑炊	米 鶏もも肉(皮付き) 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	牛乳 クリスマスケーキ	牛乳 卵 砂糖 小麦粉 牛乳 いちご ホイップクリーム みかん缶 パナナ	牛乳 レズンスコーン	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 無塩バター 砂糖 干しぶどう	牛乳 いちごマフィン	牛乳 小麦粉 ベーキングパウダー 無塩バター 砂糖 卵 牛乳 いちごジャム	牛乳 きなこミルク蒸しパン	牛乳 ホットケーキ粉 きな粉 砂糖 牛乳 脱脂粉乳	牛乳 りんごのムース	牛乳 りんごのムース		