

献立表 普通食

| 月曜日 | | 火曜日 | | 水曜日 | | 木曜日 | | 金曜日 | | 土曜日 | |
|------------------------------------|--|---|---|---|---|--|--|---|---|------------------|-------------------|
| | | 1 | | 2 | | 3 | | 4 | | 5 | |
| | | 御飯 鮭のマヨネーズ焼き 切り干し大根の含め煮 みそ汁 | 米 さけ 塩 こしょう パセリ粉 マヨドレ 切り干しだいこん にんじん 油揚げ さやえんどう かつお・昆布だし汁 きび砂糖 しょうゆ じゃがいも にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 豚肉の生姜焼き かぼちゃのサラダ みそ汁 | 米 豚肉(肩ロース) にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ みりん きび砂糖 油 かぼちゃ きゅうり にんじん マヨドレ 塩 こしょう 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 憲法記念日 | | みどりの日 | | こどもの日 | |
| | | 豆乳ジュース せんべい・ビスケット(乳児ウエハース) | 豆乳 野菜ジュース 塩せんべい ビスケット ウエハース | 牛乳 きな粉ポテト | 牛乳 さつまいも きな粉 きび砂糖 塩 | | | | | | |
| 7 | | 8 | | 9 | | 10 | | 11 | | 12 | |
| ひじきご飯 大根と厚揚げの煮物 みそ汁 オレンジ | 米 ひじき 鶏もも肉 にんじん しょうゆ きび砂糖 塩 だいこん 絹揚げ いんげん にんじん 酒 かつお・昆布だし汁 しょうゆ きび砂糖 にんじん たまねぎ さつまいも ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ オレンジ | 御飯 さわらのみそ焼き チンゲン菜のあえ物 若竹汁 | 米 さわら みそ きび砂糖 酒 みりん チンゲンサイ にんじん しらす干し かつお・昆布だし汁 しょうゆ たけのこ たまねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 | 御飯 豚じゃが ほうれん草のお浸し 豆腐みそ汁 | 米 じゃがいも たまねぎ にんじん 豚肉(肩ロース) しらす干し さやえんどう きび砂糖 しょうゆ 油 ほうれん草 かつお節 しょうゆ きび砂糖 木綿豆腐 たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 まぐろのフライ ポテトサラダ みそ汁 | 米 まぐろ 塩 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース クチャップ じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ だいこん にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 鶏肉のみそ炒め 三色なます すまし汁 | 米 鶏もも肉 たまねぎ ビーマン しょうゆ みそ 酒 しょうが きび砂糖 にんじん だいこん きゅうり 酢 きび砂糖 塩 はくさい えのきたけ 葉ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 | パン給食 | 米粉パン チーズ セリー |
| 牛乳 おはぎ | 牛乳 米 もち米 きな粉 きび砂糖 塩 あずき(ゆで) | 飲むヨーグルト せんべい・ビスケット(乳児ウエハース) | 飲むヨーグルト 塩せんべい ビスケット ウエハース | お茶 手作りふりかけおにぎり | 番茶(浸出液) 米 いわし(丸干し) あおのり | 牛乳 菓子パン | 牛乳 菓子パン | 牛乳 ナポリタン | 牛乳 スバグティー ウィンナー たまねぎ にんじん クチャップ 水 コンソメ | 牛乳 せんべい・ビスケット | 牛乳 塩せんべい ビスケット |
| 14 | | 15 | | 16 | | 17 | | 18 | | 19 | |
| ハヤシライス 大根と水菜のサラダ バナナ | 米 豚肉(肩ロース) たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース(冷凍) 油 塩 こしょう ハヤシルウ だいこん 水菜 にんじん ツナ水煮缶 マヨドレ バナナ | 御飯 さばのみそ煮 ひじきのマリネ ソーセイ(か)香る豚肉と白菜のスープ | 米 さば しょうが みそ 砂糖 みりん 酒 ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん オリブ油 しょうゆ 酢 きび砂糖 塩 はくさい 豚肉(肩) サイサイ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ(うすくち) | 御飯 筑前煮 マカロニサラダ みそ汁 | 米 鶏もも肉 にんじん ごぼう たけのこ れんこん いんげん しらす干し かつお・昆布だし汁 油 きび砂糖 しょうゆ マカロニ きゅうり にんじん マヨドレ 塩 かぼちゃ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 カレーの照り焼き ほうれん草の納豆和え みそ汁 | 米 かれい みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 油 ほうれん草 にんじん 挽きわり納豆 しょうゆ キャベツ しめじ たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 豆腐の肉あんかけ ブロッコリーのおかかマヨ和え みそ汁 | 米 絹ごし豆腐 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん しんじけ かつお・昆布だし汁 しょうゆ しょうが 酒 塩 きび砂糖 片栗粉 さやえん ブロッコリー にんじん かつお節 マヨドレ しょうゆ だいこん だいこん(葉) たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | パン給食 | 米粉パン チーズ セリー |
| 牛乳 ココアケーキ | 牛乳 ココア(ビュアココア) ホットケーキ粉 豆乳 オリブ油 きび砂糖 | お茶 ヨーグルト・ビスケット(乳児ウエハース) | 番茶(浸出液) ヨーグルト(加糖) ビスケット ウエハース | 牛乳 ジャムサンド | 牛乳 食パン いちごジャム | 牛乳 マシュマロリッツサンド | 牛乳 クラッカー マシュマロ | 牛乳 きな粉ポテト | 牛乳 さつまいも きな粉 きび砂糖 塩 | 牛乳 せんべい・ビスケット | 牛乳 塩せんべい ビスケット |
| 21 | | 22 | | 23 | | 24 | | 25 | | 26 | |
| 御飯 豚肉と青菜の炒め物 さつま芋のサラダ みそ汁 | 米 豚肉(肩ロース) チンゲンサイ にんじん たまねぎ しょうゆ みりん こしょう 油 さつまいも にんじん たまねぎ マヨドレ 絹ごし豆腐 たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 鮭のカレーパン粉焼き きゅうりの酢の物 みそ汁 | 米 さけ 塩 パン粉 カレー粉 きゅうり にんじん カットわかめ きび砂糖 酢 しょうゆ お豆腐 にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | ロールパン クリームシチュー キャベツとコーンサラダ りんご | ロールパン 鶏もも肉 にんじん たまねぎ じゃがいも ブロッコリー 塩 こしょう シチュールウ 豆乳 キャベツ コーン缶 酢 しょうゆ きび砂糖 りんご | 御飯 さわらの照り焼き 小松菜とコーンの和え物 みそ汁 | 米 さわら しょうゆ みりん 酒 油 こまつな にんじん コーン缶 しょうゆ きび砂糖 キャベツ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 ポークチャップ かぼちゃのサラダ みそ汁 | 米 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん 油 しょうゆ クチャップ ウスターソース きび砂糖 かぼちゃ きゅうり にんじん マヨドレ 塩 こしょう だいこん にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | パン給食 | 米粉パン チーズ セリー |
| 牛乳 おやつ・焼きそば | 牛乳 焼きそばめん キャベツ あおのり 油 焼きそばソース | お茶 コーンフレーク | 番茶(浸出液) コーンフレーク 牛乳 干しぶどう | 牛乳 みたらし団子 | 牛乳 米 もち米 しょうゆ きび砂糖 水 片栗粉 | 牛乳 さつま芋クッキー | 牛乳 さつまいも きび砂糖 ホットケーキ粉 油 | お茶 ゆかりおにぎり | 番茶(浸出液) 米 しそふりかけ | 牛乳 せんべい・ビスケット | 牛乳 塩せんべい ビスケット |
| 28 | | 29 | | 30 | お楽しみメニュー | | 31 | | | | |
| 御飯 松風焼き きゅうりの昆布あえ みそ汁 | 米 鶏ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ 片栗粉 みそ みりん 酒 こま あおのり きゅうり 塩こんぶ じゃがいも たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ | 御飯 さばの塩焼き キャベツのたくあん和え みそ汁 | 米 さば 塩 キャベツ にんじん だいこん(たくあん) しょうゆ にんじん さつまいも ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ | ドライカレー 大根と水菜のサラダ 野菜スープ ゼリー | 米 豚ひき肉 たまねぎ ビーマン にんじん カレー粉 ウスターソース クチャップ 塩 だいこん 水菜 にんじん ツナ水煮缶 マヨドレ たまねぎ じゃがいも にんじん 鶏がらスープ 塩 ゼリー | 御飯 カレー五目あんかけ キャベツのゆかり和え 厚揚げのみそ汁 | 米 かれい 酒 塩 たけのこ(ゆで) たまねぎ 干しいたけ しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 グリンピース キャベツ にんじん ゆかり しょうゆ 絹揚げ さつまいも たまねぎ ねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ | | | | |
| 牛乳 ココロ揚げ | 牛乳 凍り豆腐 水 きび砂糖 片栗粉 きな粉 きび砂糖 塩 油 | 牛乳 せんべい・ビスケット(乳児ウエハース) | 牛乳 塩せんべい ビスケット ウエハース | 牛乳 メーブルマフィン | 牛乳 ホットケーキ粉 豆乳 オリブオイル メーブルシロップ ホイップクリーム | 牛乳 オレンジゼリー | 牛乳 オレンジジュース きび砂糖 かんてん みかん缶 | | | | |