

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日													
						1	御飯 さばの塩焼き かぼちゃの甘煮 白菜のみそ汁	米 さば 塩 かぼちゃ しょうゆ 砂糖 かつおだし汁 はくさい たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	2	御飯 ポークチャップ ひじきとツナのサラダ 野菜スープ	米 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん 油 しょうゆ ケチャップ ウスターソース きび砂糖 ひじき ツナ水煮缶 キャベツ にんじん マヨドレ しょうゆ たまねぎ じゃがいも にんじん 鶏がらスープ 塩 しょうゆ	文化の日											
						お茶 わかめおにぎり	番茶 米 炊き込みわかめ	牛乳 りんごのコンポート	牛乳 りんご きび砂糖 レモン果汁 水														
5	御飯 鶏すき 三色なます 玉ねぎのみそ汁	米 鶏もも肉 たまねぎ しらたき 焼き豆腐 キャベツ にんじん ねぎ きび砂糖 しょうゆ みりん 酒 油 にんじん だいこん きゅうり 酢 きび砂糖 塩 しょうゆ たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	6	御飯 鮭のカレーパン粉焼き ほうれん草とコーンのマヨあえ 人参のみそ汁	米 さけ 塩 パン粉 カレー粉 ほうれん草 にんじん コーン缶 しょうゆ マヨドレ にんじん たまねぎ かぼちゃ かつお・昆布だし汁 みそ	7	ロールパン クリームシチュー(鶏肉) 大豆のころころサラダ 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 フロックロー 塩 こしょう シチュールウ だいず水煮缶詰 きゅうり にんじん マヨドレ しょうゆ りんご	8	御飯 カレイおろし煮 小松菜のごまあえ じゃが芋のみそ汁	米 かれい しょうが だいこん かつおだし汁 しょうゆ みりん きび砂糖 酒 こまつな にんじん コーン缶 しょうゆ すりごま きび砂糖 じゃがいも にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	9	御飯 じゃが芋のそぼろ煮 きゅうりの酢の物 ほうれん草のみそ汁	米 じゃがいも 豚き肉 たまねぎ にんじん グリンピース 油 しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 酒 きゅうり にんじん しらす干し きび砂糖 しょうゆ 酢 ほうれん草 にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	10	中華あんかけ丼 きのこのスープ キャンディーチーズ	米 豚肉(ロース) にんじん たまねぎ はくさい ししいたけ ビーマン しょうゆ 塩 油 片栗粉 ごま油 きび砂糖 えのきたけ にんじん しめじ 鶏がらスープ 塩 チーズ						
11	牛乳 ツナスパゲティ	牛乳 スパゲティ ツナ水煮缶 たまねぎ オリブ油 酒 しょうゆ 塩 焼きのり	飲むヨーグルト せんべい クッキー(乳児ウエハース)	飲むヨーグルト 塩せんべい クッキー ウエハース	お茶 手作りふりかけおにぎり	番茶 米 いわし(丸干し) あおのり	牛乳 ジャムサンド	牛乳 食パン いちごジャム	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 せんべい クッキー	牛乳 塩せんべい クッキー											
12	御飯 さんまの塩焼き 小松菜の納豆和え きのこ汁	米 さんま 塩 こまつな にんじん 挽きわり納豆 しょうゆ しめじ えのきたけ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 塩	13	御飯 さわらの照り焼き 白菜のゆかり和え わかめのみそ汁	米 さわら みりん しょうゆ 酒 きび砂糖 油 はくさい にんじん ゆかり しょうゆ たまねぎ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	14	豚丼 じゃがコーンサラダ たまねぎのみそ汁 ゼリー	米 豚肉(ロース) たまねぎ キャベツ にんじん しょうゆ きび砂糖 酒 みりん じゃがいも コーン缶 にんじん マヨドレ はくさい たまねぎ にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ ゼリー	15	御飯 鮭のマヨネーズ焼き フロックローのサラダ かぼちゃのみそ汁	米 さけ 塩 こしょう マヨドレ パセリ粉 フロックロー ツナ水煮缶 にんじん オリブ油 しょうゆ 酢 きび砂糖 塩 かぼちゃ たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	16	御飯 豆腐の肉あんかけ ほうれん草のおかか和え 具だくさんみそ汁	米 絹ごし豆腐 豚肉(肩ロース) たまねぎ にんじん ししいたけ いんげん しょうが かつお・昆布だし汁 しょうゆ 酒 塩 きび砂糖 片栗粉 ほうれん草 にんじん かつお節 しょうゆ 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	17	鶏肉の照焼丼 野菜スープ キャンディーチーズ	米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しょうゆ きび砂糖 みりん 片栗粉 油 キャベツ たまねぎ にんじん 鶏がらスープ チーズ						
18	牛乳 きな粉ポテト	牛乳 さつまいも きな粉 きび砂糖 塩	豆乳ジュース せんべい クッキー(乳児ウエハース)	豆乳 野菜ジュース 塩せんべい クッキー ウエハース	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	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 ミルクパン	牛乳 ミルクパン	牛乳 せんべい クッキー	牛乳 塩せんべい クッキー											
19	チキンカレー コーンマヨサラダ 柿	米 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん グリンピース 油 カレールウ キャベツ きゅうり にんじん コーン缶 マヨドレ かき	20	御飯 さばのみそ煮 ほうれん草とツナのあえ物 豆腐のすまし汁	米 さば しょうが みそ きび砂糖 みりん 酒 ほうれん草 にんじん ツナ水煮缶 しょうゆ 油揚げ にんじん 木綿豆腐 ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 みりん	21	御飯 豚肉と青菜の炒め物 さつまいものサラダ たまねぎのみそ汁	米 豚肉(肩ロース) こまつな にんじん たまねぎ しょうゆ きび砂糖 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 カットわかめ にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	22	御飯 まぐろの竜田揚げ 大根のゆかり和え 豆腐のみそ汁	米 まぐろ しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油 だいこん にんじん ゆかり しょうゆ 絹ごし豆腐 しめじ にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	23	勤労感謝の日	24	ハヤシライス ツナサラダ キャンディーチーズ	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 キャベツ にんじん ツナ水煮缶 マヨドレ チーズ							
25	牛乳 ナポリタン	牛乳 スパゲティ ウィンナー たまねぎ にんじん ケチャップ 水 コンソメ	お茶 ヨーグルト クッキー	番茶 ヨーグルト(加糖) クッキー	牛乳 バナナケーキ	牛乳 ホットケーキ粉 バナナ 豆乳 オリブ油 きび砂糖	牛乳 きなこもち	牛乳 米 もち米 塩 きび砂糖 きな粉	26	御飯 回鍋肉 春雨サラダ にらスープ お茶 コーンフレーク	米 豚肉(肩ロース) にんじん キャベツ たまねぎ ビーマン ししいたけ 油 みそ きび砂糖 酒 しょうゆ はるさめ にんじん きゅうり 酢 しょうゆ きび砂糖 こま油 にら にんじん えのきたけ 水 中華だし(素) 塩 しょうゆ 番茶 コーンフレーク 牛乳 干しぶどう	27	御飯 鮭の西京焼き 大根と水菜のサラダ 白菜すまし汁	米 さけ みそ きび砂糖 酒 みりん 油 だいこん 水菜 にんじん オリブ油 しょうゆ 酢 きび砂糖 塩 はくさい えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ 塩 みりん	28	お楽しみメニュー 御飯 鶏の唐揚げ ポテトサラダ 野菜スープ	米 鶏もも肉 しょうゆ しょうが 片栗粉 酒 油 じゃがいも にんじん きゅうり マヨドレ キャベツ たまねぎ にんじん 鶏がらスープ	29	御飯 豚肉のしくれ煮 キャベツの酢の物 さつまいものみそ汁 お茶 菜っ葉おにぎり	米 豚肉(ロース) こぼろ たまねぎ にんじん ししいたけ しょうが きび砂糖 しょうゆ みりん 酒 キャベツ きゅうり にんじん 酢 きび砂糖 しょうゆ さつまいも にんじん しめじ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ 番茶 米 菜飯	30	まぜいなり寿司 大根と鶏肉の煮物 おつゆ麩のみそ汁 バナナ 焼きそば	米 油揚げ にんじん 水 きび砂糖 しょうゆ かつお節 酢 こま だいこん 鶏もも肉 にんじん さやえんどう 干ししいたけ かつお・昆布だし汁 酒 しょうゆ みりん きび砂糖 おつゆ(ふ) にんじん カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ バナナ 牛乳 焼きそばめん キャベツ あおのり 油 焼きそばソース