

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年2月【常食】

					1(土)	2(日)
朝食					食パン(バター) 食パン バターブレンド	米飯 米
					きのこと卵のソテー きのごミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ	ほうれん草とほんべんの煮ひたし ほうれんそう はんぺん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素
					牛乳 牛乳	みそ汁(さつまいも・あげ) さつまいも きざみ揚げ みそ だしの素
昼食					米飯 米	米飯 米
					白身魚の甘酢あんかけ なます 食塩 たまねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン にら 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ かたくり粉	照り焼き豆腐バーグ 納ごし豆腐 合挽ミンチ にんじん 大葉 パン粉 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉
					添え物(フロッキー) フロッキー 食塩	添え物(アスパラ・粉ふき芋) グリーンアスパラガス 黄ピーマン
					ミートソーススパゲティ スパゲティ 食塩不使用バター ミートソース エダムパウダーチーズ	上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 じゃがいも 食塩
					コンソメスープ(小松菜) こまつな にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	五目煮(白菜・カニカマ) はくさい つきこんにやく にんじん かに風味かまぼこ きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素
						みそ汁(もやし) りよくとうもやし 春菊 みそ だしの素
夕食					米飯 米	米飯 米
					肉団子の旨煮 ミートボール 大根 にんじん 乱切りごぼう むき枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉	魚のカレーピカタ たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 カレー粉 鶏卵
					甘辛炒め(しろな) しろな にんじん ムキエビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター
					すまし汁(しめじ・ワカメ) しめじ わかめ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ごぼうサラダ さきがきごぼう にんじん きゅうり たらこ 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ
						中華スープ(しろな・ベーコン) しろな ベーコン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ

※都合により献立を変更することがあります

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和2年2月【常食】

	3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	8(土)	9(日)	
朝 食	菓子パン(ウインナーデニッシュ) あらびきウインナーデニッシュ	ホットケーキ(ストロベリーソース) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム ストロベリーソース オレンジ 白桃缶詰	食パン(バター) 食パン バターブレンド 小松菜とハムコーンのソテー	菓子パン(おいものクリームパン) おいものクリームパン デンゲン菓のガーリックソテー	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード きのこどペーコンのソテー	米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご しろな こいくちしょうゆ みりん	菓子パン(マロンパン) マロン フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳 牛乳	
	野菜のポトフ風 キャベツ にんじん たまねぎ ベーコン コンソメ 食塩 こしょう	ヨーグルト ヨーグルト	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	きのこどペーコンのソテー きのこミックス ベーコン 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ	みそ汁(長いも) ながいも きざみ揚げ みそ だしの素	のり佃煮 のりのつくだ煮	
昼 食	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	牛乳 牛乳	フルーツジュース フルーツジュース	フルーツジュース フルーツジュース			
	サラダ巻き 米 焼きのり リーフレタス きゅうり 厚焼きたまご ツナ缶詰 マヨネーズ かに風味かまぼこ 上白糖 穀物酢 食塩	米飯 米 ポパイバーグ 合挽ミンチ たまねぎ ほうれんそう 鶏卵 牛乳 パン粉 トマケチャップ トンカツソース	米飯 米 鮭の白菜クリームソースかけ 鮭 食塩 こしょう はくさい ミックスベジタブル クリームシチューの素 牛乳 食塩 こしょう	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり 天ぷらうどん うどん エビ 食塩 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ ほうれんそう 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素	米飯 米 ビーフシチュー 牛かたローススライス じゃがいも たまねぎ にんじん フロッコリー デミグラスソース ビーフシチューの素	米飯 米 鶏のから揚げ柚子おろし煮 鶏もも肉 酒 みりん おろししょうが 鶏卵 薄力粉 白絞油 大根おろし 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 ゆず サラダな	米飯 米 魚のマヨキムチ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ はくさいキムチ マヨネーズ 上白糖 エダムパウダーチーズ	
夕 食	いわし煮つけ(梅醤油煮) いわし煮付け 大葉	添え物(ホワイトアスパラ・グラッセ) ホワイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	添え物(なすソテー) なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油	いご煮 かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素	コールスローサラダ キャベツ にんじん きゅうり ツナ缶詰 食塩 こしょう コールスローレッシング	添え物(カリフラワー・ピーナツ和え) カリフラワー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん		
	節分和菓子 赤鬼饅頭 甘納豆	添え物(イカのサラダ) イカ りょくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル青じそドレッシング	厚揚げのピザ風焼き 厚揚げ 食塩 こしょう ピザソース シュレットチーズ コーン パセリ	いとご煮 かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素	コンポート りんご 上白糖 ミントの葉	添え物(キャベツ・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト	ニラ玉炒め 鶏卵 にら たまねぎ オイスターソース 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	
すまし汁(そうめん・生ふ)	イカのサラダ イカ りょくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル青じそドレッシング	はるさめスープ しろな エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	土佐和え(胡瓜・きざみ) きゅうり にんじん ささ身 糸かつお うすくちしょうゆ みりん	いご煮 かぼちゃ ゆで小豆缶詰 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素	添え物(かニカマ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ		
タ 食	米飯 米 豚肉のボン酢炒め 豚ももスライス 酒 たけのこ チンゲンサイ りょくとうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン サラダ油 味ぽん こいくちしょうゆ サニーレタス	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 あんかけ卵とじうどん うどん かに風味かまぼこ かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ	天福と豚肉の炊き込みご飯 米 大根 豚ばらスライス にんじん きざみ揚げ 食塩 うすくちしょうゆ むき枝豆	米飯 米 魚のピリ辛香り焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 コチュジャン 白ねぎ	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ ムキエビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 魚のピリ辛バター焼き メバル 酒 みりん こいくちしょうゆ コチュジャン 食塩不使用バター	米飯 米 豚肉の和風焼き 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん ながいも 食塩 こしょう サラダ油 サラダな	
	ふきとさつまあげの煮物 ふき にんじん さつま揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	田菜風 焼き豆腐 ながいも 竹輪 にんじん だしの素 うすくちしょうゆ	だし巻き卵なめ茸かけ 鶏卵 だしの素 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 なめ茸	添え物(春菊ごまあえ) 鶏卵 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん	じゃがいもの甘辛炒め(ウインナー) じゃがいも にんじん ポークウインナー 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	添え物(チンゲン菜ごまあえ) チンゲンサイ ごま こいくちしょうゆ みりん	添え物(オクラソテー・長辛) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター カレー粉 ながいも 食塩 こしょう ごま油 七味	
みそ汁(なす・あげ) なす きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	赤みそ 上白糖 みりん だしの素 うすくちしょうゆ	赤だし汁(まきふ・ワカメ) まきふ わかめ みつば 赤みそ だしの素	すまし汁(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ とろろ昆布 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(菜の花・人参) 菜の花 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	レンコンの炒め物 レンコン 豚ももスライス にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 七味	すまし汁(ちやそば) 茶そば きざみ揚げ からし みりん うすくちしょうゆ みりん だしの素	みそ汁(しろな) しろな ふ みそ だしの素	

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年2月〔常食〕

	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)	14(金)	15(土)	16(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド	米飯 米 里芋の煮付け	菓子パン(チーズ火腿ロール) チーズ火腿ロール	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム	食パン(バター) 食パン バターブレンド	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン	食パン(バター) 食パン バターブレンド
	大根のスープ煮 大根 にんじん ペーコン コンソメ 食塩 こしょう パセリ	さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	フルーツ(りんご・キウイ) りんご キウイフルーツ	小松菜とかまぼこのソテー こまつな かまぼこ にんじん 食塩 こしょう こいくちしょうゆ ごま油	アスパラのシーチキン炒め グリーンアスパラガス ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	みかん缶詰 ハイナップ缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ	チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ ロース火腿 にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ
	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素	牛乳 牛乳	フルーツジュース フルーツジュース	コービー牛乳 コービー牛乳	牛乳 牛乳	りんごジュース りんごジュース
昼食	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ	米飯 米 魚の柚子みそ煮	かみおこわ風 米 もち米 かこ	米飯 米 おでん	米飯 米 キャベツミンチカツ	米飯 米 魚のりチーズ焼き	米飯 米 鶏のみそマヨ焼き
	ぼっかけトコロそば 和そば 牛すじぼかけ 長手トコロ かまぼこ ほうれんそう ねぎ だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん	鯖 みそ ゆず 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ	冷しゃぶ風(牛) 牛かたローススライス レタス 赤ピーマン 味ぽん	焼き豆腐 竹輪 大根 さつま揚げ ミニごぼう天 こんにやく 鶏もも肉 うずら卵 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素	合挽ミンチ たまねぎ キャベツ 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース サラダナ	鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ のりにつくだ煮 シュレッドチーズ オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 こしょう オリーブ油	鶏もも肉 みそ マヨネーズ パセリ
	ハム巻き ロース火腿 かいわれだいこん マヨネーズ	酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん かまぼこ 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	エビじゃが じゃがいも ムキエビ にんじん しらたき 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん グリーンピース	柚子香和え(白菜) はくさい にんじん みつば ゆず うすくちしょうゆ	添え物(ズッキーニ・トマト) ズッキーニ 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ オリーブ油 トマト	酢の物(ハンサンス) 緑豆はるさめ きゅうり にんじん きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素	添え物(オクラ・かぼちゃ) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう かぼちゃ 食塩 こしょう オリーブ油
	豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 からしめんたいこ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉	すまし汁(ゆば) 湯葉 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ ほうれんそう 赤みそ だしの素	すまし汁(えりんぎ・生ふ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ わさび みりん だしの素	胡瓜とカンカマのわさび和え きゅうり にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ わさび みりん だしの素	添え物(ホワイトアスパラソテー) ホワイトアスパラ 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油	竹輪とこんにやくの煮物 竹輪 こんにやく にんじん きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素
	餃子 餃子 しるな 味噌	すまし汁(ゆば) 湯葉 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ ほうれんそう 赤みそ だしの素	すまし汁(えりんぎ・生ふ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ わさび みりん だしの素	すまし汁(ふ・どろろこぶ) ふ どろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	酢の物(ハンサンス) 緑豆はるさめ きゅうり にんじん きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(ごぼう・人参) なす ささがきごぼう にんじん みつば ねぎ みそ だしの素
	コンソメスープ(白菜) はくさい にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト	春雨とイカの炒め物 緑豆はるさめ イカ たまねぎ にら にんじん おろししょうゆ おろしこんにやく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油	中華ポテト 中華ポテト 黒ごま	添え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	添え物(ハンサンス) 緑豆はるさめ きゅうり にんじん きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(ごぼう・人参) なす ささがきごぼう にんじん みつば ねぎ みそ だしの素
夕食	魚介のスタミナ焼き ムキエビ イカ チンゲンサイ りよくとうもろやし にんじん たまねぎ 青ピーマン 焼肉のたれ サニーレタス	豚のマスタード巻きフライ 豚ももスライス にんじん グリーンアスパラガス 粒マスタード 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダナ トンカツソース	魚のごまネーズ焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ ごま	チンジャオロース 牛かたローススライス 酒 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン たけのこ ごま油 ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ かたくり粉 サニーレタス	魚の生巻つけ焼き 鰻 鶏卵 みりん こいくちしょうゆ おろししょうゆ おろししょうゆ おろししょうゆ おろししょうゆ だしの素 ながいも ふき お花のとうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	わかめご飯 米 炊き込みわかめ	
	餃子 餃子 しるな 味噌	添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト	添え物(フロッコリーピーナツ和え) フロッコリー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん	中華ポテト 中華ポテト 黒ごま	添え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	洋風小田巻むし 鶏卵 うすくちしょうゆ 食塩 ガラスープ コンソメ イカ ムキエビ なると ほうれんそう にんじん 中華麺	
	コンソメスープ(白菜) はくさい にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト	春雨とイカの炒め物 緑豆はるさめ イカ たまねぎ にら にんじん おろししょうゆ おろしこんにやく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油	中華ポテト 中華ポテト 黒ごま	添え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	オレンジゼリー ゼリー	
飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	みそ汁(ゆば) 湯葉 春菊 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ ほうれんそう 赤みそ だしの素	すまし汁(えりんぎ・生ふ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ わさび みりん だしの素	すまし汁(ふ・どろろこぶ) ふ どろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(ごぼう・人参) なす ささがきごぼう にんじん みつば ねぎ みそ だしの素		

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年 2月 [常食]

	17(月)	18(火)	19(水)	20(木)	21(金)	22(土)	23(日)
朝食	米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご 菜の花 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだ煮	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ フルーツ(キウイ・パイナップル) キウイフルーツ パイナップル缶詰 コービー牛乳 コービー牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド キャベツとウインナーのソテー キャベツ ポークウインナー たまねぎ 食塩不使用バター こしょう コンソメ うすくちしょうゆ フルーツジュース フルーツジュース	食パン(バター) 食パン バターブレンド カリフラワーのコンソメ煮 カリフラワー スナップエンドウ にんじん ロースハム コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 牛乳 牛乳	ホットケーキ(メープルシロップ) ホットケーキミックス 鶏卵 牛乳 食塩不使用バター ホイップクリーム メープルシロップ オレンジ 洋なし缶詰 プロセスチーズ プロセスチーズ 紅茶(ストリート) 紅茶 グラニュー糖	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜とハムの塩だれ炒め チンゲンサイ 黄ピーマン ロースハム にんじん 塩だれ ごま油 牛乳 牛乳	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ ロースハム グリーンピース サラダ油 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト
	米飯 米 魚のから揚げ野菜ソースかけ たら 酒 おろししょうが かたくり粉 白絞油 のぎわな漬け おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 サラダ菜 添え物(キャベツごま和え・トマト) キャベツ ごま うすくちしょうゆ みりん ミニトマト	金平ご飯 米 豚ももスライス ささがきごぼう しらたき にんじん グリーンピース 上白糖 酒 こいくちしょうゆ きざみのり 手作り絹豆腐カニカマあんかけ 鶏卵 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かじ風味かまぼこ キャベツ ごま うすくちしょうゆ みりん ミニトマト	米飯 米 魚の和風カレー煮 鰯 カレー粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 酒 のぎわな漬け ごま油 だしの素 さといも ささがきごぼう 生か 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん ロースハム なめ茸 こいくちしょうゆ	米飯 米 鶏の塩け栗焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 のぎわな漬け ごま油 ごま 添え物(ズッキーニ・粉ふき) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 みりん 食塩 じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ 切り干し大根煮物 緑豆はるさめ 合挽ミンチ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ たまねぎ じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 鮭のオーロラタマ焼き 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 食塩 白ねぎ マヨネーズ トマトケチャップ 添え物(しろなかあえ) しろなか 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 五目春雨(ミンチ) 緑豆はるさめ 合挽ミンチ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ たまねぎ じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	カレーうどん うどん 牛かたローススライス たまねぎ きざみ揚げ しめじ だしの素 うすくちしょうゆ 白ねぎ にんじん ごま油 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん カレー粉 かたくり粉	米飯 米 魚の中華マリネ風 鰯 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ たまねぎ きゅうり にんじん ごま油 サラダ菜 添え物(ふき・お魚豆腐) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 お魚豆腐 ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ にんじん ツナ缶詰 食塩 こしょう マヨネーズ 大根とイカの煮物 大根 イカ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん みそ汁(そうめん) そうめん まきふ ねぎ みそ だしの素
	米飯 米 まさご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん みそ汁(長芋・さつまあげ) ながいも さつま揚げ ねぎ みそ だしの素	おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味噌 赤だし汁(あざり) あざりむき身 まきふ かいわれだいこん 赤みそ だしの素	オムそばめし 鶏卵 米 中華麺 豚ももスライス ムキエビ たまねぎ 春菊 キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 わさび和え(もやし) りょうとうもやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 揚げ出し豆腐そぼろあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 ながいも 春菊 たまねぎ キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 わさび和え(もやし) りょうとうもやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ひじきの炊き込みご飯 米 米 ひじき にんじん 小柱 きざみ揚げ たまねぎ 春菊 キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 酒 牛肉とつきごんの炒め物 牛かたローススライス つきごんにやく にんじん おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ チンゲン菜 きぬさや ハムエッグ旨酢あんかけ 鶏卵 ロースハム サラダ油 たまねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ かたくり粉 みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) たまねぎ じゃがいも みそ だしの素	米飯 米 鶏の柚子みそ焼き 鶏もも肉 みそ 上白糖 ゆず 酒 みりん 添え物(インゲン・グラッセ) いんげん トンカツソース ごま こいくちしょうゆ みりん にんじん 上白糖 ごま油 食塩不使用バター ピリ辛炒め(小松菜) チンゲンサイ ごまつな にんじん かまぼこ ムキエビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン サラダ油 すまし汁(豆腐・きぬさや) ズッキーニ 豆腐 きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 スコッチエッグ 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 ゆず 牛乳 鶏卵 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(アスパラ・トマト) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 トマト みそ和え(チンゲン菜) チンゲンサイ ごまつな にんじん かまぼこ ムキエビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン サラダ油 コンソメ うすくちしょうゆ こしょう コンソメ うすくちしょうゆ
	米飯 米 マーボー豆腐 絹ごし豆腐 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうが おろしにんにく トウバンジャン ごま油 上白糖 赤みそ こいくちしょうゆ かたくり粉 グリーンピース のりかか和え ほうれんそう ツナ缶詰 にんじん きざみのり 糸かつお こいくちしょうゆ みりん もやしスープ りょうとうもやし ロースハム ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 魚のタルタルパン粉焼き 鱈 食塩 こしょう タルタルソース パン粉 エダムパウダーチーズ パセリ 添え物(スナップエンドウ) スナップエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 ナムル風 ごまつな 合挽ミンチ にんじん ごま 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 中華スープ(オクラ・さきみ) オクラ みかん缶詰 さきみ コンソメ 上白糖 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	オムそばめし 鶏卵 米 中華麺 豚ももスライス ムキエビ たまねぎ 春菊 キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 わさび和え(もやし) りょうとうもやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 揚げ出し豆腐そぼろあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 ながいも 春菊 たまねぎ キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 わさび和え(もやし) りょうとうもやし にんじん 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ひじきの炊き込みご飯 米 米 ひじき にんじん 小柱 きざみ揚げ たまねぎ 春菊 キャベツ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 酒 牛肉とつきごんの炒め物 牛かたローススライス つきごんにやく にんじん おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ チンゲン菜 きぬさや ハムエッグ旨酢あんかけ 鶏卵 ロースハム サラダ油 たまねぎ 黄ピーマン 赤ピーマン 上白糖 穀物酢 うすくちしょうゆ かたくり粉 みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ) たまねぎ じゃがいも みそ だしの素	米飯 米 鶏の柚子みそ焼き 鶏もも肉 みそ 上白糖 ゆず 酒 みりん 添え物(インゲン・グラッセ) いんげん トンカツソース ごま こいくちしょうゆ みりん にんじん 上白糖 ごま油 食塩不使用バター ピリ辛炒め(小松菜) チンゲンサイ ごまつな にんじん かまぼこ ムキエビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン サラダ油 すまし汁(豆腐・きぬさや) ズッキーニ 豆腐 きぬさや 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 スコッチエッグ 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 ゆず 牛乳 鶏卵 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(アスパラ・トマト) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 トマト みそ和え(チンゲン菜) チンゲンサイ ごまつな にんじん かまぼこ ムキエビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン サラダ油 コンソメ うすくちしょうゆ こしょう コンソメ うすくちしょうゆ

※都合により献立を変更することがあります

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年2月【常食】

	24(月)	25(火)	26(水)	27(木)	28(金)	29(土)
朝食	菓子パン(メロンパン) メロンパン フルーツ(りんご・びわ缶) りんご びわ缶詰 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなとかまぼこの塩たれ炒め しろな 黄ピーマン かまぼこ にんじん 塩だれ ごま油 牛乳 牛乳	米飯 米 小松菜とシーチキンの煮物 こまつな にんじん ツナ缶詰 車糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん みぞ汁(里芋・あげ) さといも きざみ揚げ みそ だしの素 ふりかけ(のりたま) のりたまふりかけ	菓子パン(カフェオレクリームパン) カフェオレクリームパン 白菜スープ煮 はくさい にんじん かまぼこ コンソメ 食塩 こしょう 食塩 パセリ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜の豚肉のたれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン サラダ油 食塩 こしょう 焼肉のたれ フルーツジュース フルーツジュース	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード ほうれん草とハムのバターソテー ほうれん草 にんじん ローズハム おろしにんにく こいくちしょうゆ バターブレンド コーヒー牛乳 コーヒー牛乳
	米飯 米 鶏肉と厚揚げの煮つけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが 絹厚揚げ 大根 にんじん きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 オクラと長いもの梅和え オクラ ながいも 梅干し 上白糖 みりん こいくちしょうゆ みぞ汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 ふ みそ だしの素	米飯 米 明太チーズクロquette じゃがいも たまねぎ からしめんたいこ シュレッドチーズ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース サラダ油 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング ミニトマト 柚子香和え(ほうれん草) ほうれん草 にんじん しめじ ゆず うすくちしょうゆ みりん セロリとオクラのスープ セロリ オクラ にんじん シャンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 中華麺 焼き豚 りよくとうもやし なと コーン ねぎ みそラーメンスープ 小籠包 小籠包 大焼売 味ぼん サラダ油 国産和栗ゼリー 国産和栗ゼリー	★長崎名物★トルコ風ライス 鶏むね肉 にんじん コーン ガラスープ コンソメ ねぎ うすくちしょうゆ カレー粉 豚ロース肉 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 デミグラスソース トマトケチャップ トンカツソース ナポリタンスパゲティ(トルコライス用) スパゲティ 食塩不使用バター ペーコン たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 こしょう トマトケチャップ こいくちしょうゆ フルーツ(いちご) いちご コンデンスミルク コンソメスープ(しろな) しろな しめじ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	米飯 米 ジャガチースオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん 合挽ミンチ シュレッドチーズ サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(ホワイトアスパラソテー) ホワイトアスパラ にんじん 食塩 こしょう オリーブ油 なすと明太子の炒め物 なす からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが サラダ油 はるさめスープ(ミックスベジタブル・ハム) 緑豆はるさめ ミックスベジタブル ローズハム コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 八幡巻 牛かたローススライス にんじん じゃがいも いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん サラダ油 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 穀物酢 上白糖 トマト ピリ辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん 鶏ひき肉 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 みぞ汁(こほう・ふ) ささがきこほう ふ みそ だしの素
昼食	米飯 米 白身魚のハニーマスタードかは焼 なまず 薄力粉 はちみつ 粒マスタード こいくちしょうゆ 添え物(マッシュ南瓜) かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖 なすのソテー なす 豚ももスライス おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリーンピース サラダ油 すまし汁(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 焼肉 牛かたローススライス りよくとうもやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 サニールタス 添え物(ブロッコリーソテー) ブロッコリー 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも カレー粉 酢の物(エビ) きゅうり にんじん ムキエビ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みぞ汁(春菊・ふ) 春菊 まきふ みそ だしの素	米飯 米 穴子のむし卵 鶏卵 あなご にんじん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 添え物(チンゲン菜・南瓜) チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 さんしょう粉 きんぴらごぼう ささがきごぼう にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味 みぞ汁(アスパラ・お花の豆腐) お花の豆腐 グリーンアスパラガス みそ だしの素	米飯 米 肉団子の中華五目煮 ミートボール 乱切りごぼう レンコン 大根 にんじん マロニー きぬさや ガラスープ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ もやしとカニカマの辛し和え りよくとうもやし にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ からし みりん すまし汁(菜の花・ハンペン) 菜の花 はんぺん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚の梅菜焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し のざわな漬け 糸かつお 上白糖 こいくちしょうゆ 添え物(フキ) ふき ごま うすくちしょうゆ みりん 牛肉とエリンギの炒め物 牛かたローススライス エリンギ 赤ピーマン いんげん おろししょうが 上白糖 食塩 こいくちしょうゆ サラダ油 みぞ汁(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素	米飯 米 八宝菜 豚ばらスライス ムキエビ イカ たまねぎ はくさい にんじん しいたけ かまぼこ きぬさや シャンタン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 大根サラダ(マヨネーズ) 大根 ペーコン にんじん きゅうり 食塩 こしょう マヨネーズ コンソメスープ(ズッキーニ・ワカメ) ズッキーニ わかめ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう
	夕食	米飯 米 白身魚のハニーマスタードかは焼 なまず 薄力粉 はちみつ 粒マスタード こいくちしょうゆ 添え物(マッシュ南瓜) かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖 なすのソテー なす 豚ももスライス おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ グリーンピース サラダ油 すまし汁(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 焼肉 牛かたローススライス りよくとうもやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 サニールタス 添え物(ブロッコリーソテー) ブロッコリー 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも カレー粉 酢の物(エビ) きゅうり にんじん ムキエビ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みぞ汁(春菊・ふ) 春菊 まきふ みそ だしの素	米飯 米 穴子のむし卵 鶏卵 あなご にんじん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 添え物(チンゲン菜・南瓜) チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 さんしょう粉 きんぴらごぼう ささがきごぼう にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味 みぞ汁(アスパラ・お花の豆腐) お花の豆腐 グリーンアスパラガス みそ だしの素	米飯 米 肉団子の中華五目煮 ミートボール 乱切りごぼう レンコン 大根 にんじん マロニー きぬさや ガラスープ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ もやしとカニカマの辛し和え りよくとうもやし にんじん かに風味かまぼこ うすくちしょうゆ からし みりん すまし汁(菜の花・ハンペン) 菜の花 はんぺん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚の梅菜焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し のざわな漬け 糸かつお 上白糖 こいくちしょうゆ 添え物(フキ) ふき ごま うすくちしょうゆ みりん 牛肉とエリンギの炒め物 牛かたローススライス エリンギ 赤ピーマン いんげん おろししょうが 上白糖 食塩 こいくちしょうゆ サラダ油 みぞ汁(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素

※都合により献立を変更することがあります