

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年 3月 [常食]

							1(日)
朝食							菓子パン(ジャーマンベーコンポテトパン) ジャーマンベーコンポテトパン
							いんげんのソテー いんげん 竹輪 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油
							りんごジュース りんごジュース
昼食							米飯 米
							魚のシソみそやき 鯖 みそ 上白糖 大葉 酒 みりん
							添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん
							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(ちやそば) 茶そば きざみ揚げ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	
夕食							米飯 米
							炸鸡 鶏もも肉 酒 食塩 かたくり粉 白絞油 たまねぎ たけのこ にんじん 青ピーマン 黄ピーマン トマトケチャップ 上白糖 穀物酢 こいくちしょうゆ サニーレタス
							土佐和え(白菜) はくさい にんじん きゅうり かまぼこ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん
						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	

※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3月【常食】

	2(月)	3(火)	4(水)	5(木)	6(金)	7(土)	8(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜のガーリックソテー チンゲンサイ にんじん ペーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜のポトフ風 キャベツ にんじん たまねぎ ペーコン コンソメ 食塩 しょうゆ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	ホットケーキ(チョコソース) 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 チョコソース オレンジ 白粉糖 ヨーグルト ヨーグルト 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	米飯 米 だし巻きたまご ササゲ みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素 梅びしお 梅びしお	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム きのこベーコンのソテー ササゲ みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素 梅びしお 牛乳	菓子パン(ワンダーデニッシュ) あらびきウインナーデニッシュ フルーツ(バナナ) バナナ 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 小松菜とハムコンのソテー こまつな ベーコン にんじん コーン 食塩 バターブレンド こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳
	米飯 米 豚肉の韓国焼き 豚ももスライス たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん トウバンジャン サラダ油 サラダ油 グリーンアスパラガス グリーンアスパラガス 黄ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう 大根と厚揚げの煮物 大根 厚揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みそ汁(もやし・ワカメ) りょくとうもやし わかめ みそ だしの素	手作り飯ちし寿司(ひな祭り松花堂弁当) 米 上白糖 殺物酢 食塩 高野豆腐 たけのこ にんじん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん 錦糸卵 きざみりのり きぬさや 寿司エビ あなご しょうが 天ぷら エビ たらのめ グリーンアスパラガス レンコン 薄力粉 鶏卵 醤油 抹茶 食塩 煮つけ がんもどき 木の葉南瓜 さいとも ふき さふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 焼肉 牛かたローススライス 食塩 こしょう 焼肉のたれ サラダ油 すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ 木の芽 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 三色スイーツゼリー(ひな祭り) 3色スイーツゼリー	米飯 米 魚の柚子みぞれ煮 カレー 大根おろし ゆず だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん ながいも たけのこ さつま揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 酢の物 緑豆はるさめ きゅうり にんじん 焼き豚 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みそ汁(かぼちゃ・アスパラ) かぼちゃ グリーンアスパラガス みそ だしの素	米飯 米 チキンチャップ煮 鶏もも肉 トマトケチャップ 上白糖 コンソメ こいくちしょうゆ みりん 蒸え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ 食塩 オリーブ油 アボカド マヨネーズ 原の花とイカの炒め物 菜の花 イカ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 すまし汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ かき揚げうどん うどん たまねぎ さきかきごぼう レンコン 鶏卵 牛乳 パン粉 トマトケチャップ 食塩 かまぼこ ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 鶏肉煮 鶏もも肉 さいとも にんじん レンコン ごぼう しいたけ きぬさや 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 みかみ寒天 みかみ寒天 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	米飯 米 根菜バーグ 合挽ミンチ たまねぎ さきかきごぼう レンコン 鶏卵 牛乳 パン粉 トマトケチャップ ドンカツソース 蒸え物(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 食塩不使用バター トマト もやしとツナの王佐和え りょくとうもやし きゅうり にんじん ツナ缶詰 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ごま油 コンソメスープ(エリンギ) オクラ エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	米飯 米 白身魚のチーズピカタ たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 エダムパウダーチーズ 蒸え物(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 チキンオムレツトソースかけ チキンオムレツ ミートソース ハセリ セロリのスープ セロリ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ
	おにぎり(おかか) 米 混ぜ込みわかめ おかか きつねうどん うどん 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん かまぼこ 錦糸卵 ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 ごぼうサラダ さきかきごぼう 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 だし巻きたまご(青のり) 鶏卵 あおのり だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油	米飯 米 魚のカレーつけ焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ コンソメ 蒸え物(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 ふき 上白糖 うすくちしょうゆ みりん じゃがいもの甘辛炒め(豚) じゃがいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 みそ汁(ほうれん草) ほうれん草 手まりふ みそ だしの素 お膳まんじゅう お膳まんじゅう	米飯 米 豚のソテー焼き 豚ロース肉 鶏卵 こしょう ドンカツソース 乾マスタート パン粉 エダムパウダーチーズ 蒸え物(ふぎ・グラッセ) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし 餃子 りょくとうもやし 味噌 焼きナスのカニカマあかけ 焼きナス かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 トマトの華風スープ トマト たまねぎ うすくちしょうゆ こしょう ハンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 野菜煮チキーン のざわな漬け ロースハム 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 餃子 りょくとうもやし 味噌 焼きナスのカニカマあかけ 焼きナス かに風味かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 トマトの華風スープ トマト たまねぎ うすくちしょうゆ こしょう ハンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 牛肉と大根の和風焼き 牛かたローススライス 食塩 にんじん ブロッコリー 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 蒸え物(いんげん・南瓜) いんげん 食塩 はさい オリーブ油 西洋かぼちゃ 食塩 コールスローサラダ(ハム) キャベツ にんじん きゅうり ロースハム 食塩 こしょう コールスロッドレッシング みそ汁(しるな・えのき) しるな えのき みそ だしの素	米飯 米 魚の柚子王佐漬け 鰯 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ゆず 蒸え物(チンゲン菜等し和え) チンゲンサイ からし こいくちしょうゆ みりん だしの素 五目煮(白菜・かまぼこ) はさい つきこんにやく にんじん きざみ揚げ かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン だしの素 サラダ油 みそ汁(さつまいも・あげ) 豆腐 わかめ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 牛肉の五目煮 牛かたローススライス にんじん しらたき はくさい 春菊 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 ピリ辛いり豆腐(ムキエビ) 木綿豆腐 はくさい たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン だしの素 サラダ油 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

※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 3月【常食】

	9(月)	10(火)	11(水)	12(木)	13(金)	14(土)	15(日)
朝 食	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 ベーコン コンソメ 食塩 こしょう ハセリ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	菓子パン(コーンデニッシュ) コーンデニッシュ しらのなガーリックソテー しらのな にんじん ベーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ ローズハム にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ フルーツジュース まろやかフルーツジュース	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム 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 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	米飯 米 里芋の煮付け さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞ汁(大根・あけ) 大根 きざみ揚げ みそ だしの素 ふりがけ(のりたま) のりたまふりがけ	食パン(バター) 食パン バターブレンド 小松菜とワインナーのソテー こまつな ポークウィンナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド フルーツヨーグルト(カクテル缶) プレーンヨーグルト フルーツカクテル缶 上白糖 牛乳 牛乳
	米飯 米 ロールポーク 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん コンソメ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 添え物(ブロッコリー・ハム) ブロッコリー ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト たらこスパゲティ スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用バター こいくちしょうゆ きざみのみり すまし汁(しめじ・菜の花) しめじ 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり ほっかけおろしうどん うどん なます たまねぎ はくさいキムチ 鶏卵 牛乳 薄力粉 だしの素 鶏卵 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 厚揚げのピザ風焼き 厚揚げ 食塩 こしょう ピザソース シュレッドチーズ コーン ハセリ 長芋の梅短冊和え ながいも 梅干し えのき 上白糖 こいくちしょうゆ あおのり	米飯 米 キムチミンチカツ 合挽ミンチ たまねぎ はくさいキムチ 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース サラダ油 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 ごま和え(胡瓜・ちくわ) きゅうり にんじん 竹輪 ごま うすくちしょうゆ みりん すまし汁(えのき・とろろ昆布) えのき 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	米飯 米 白身魚のうぐいす焼き なます 鶏もも肉 むき枝豆 白みそ みそ 上白糖 みりん 添え物(かりフラワーかかあえ) かりフラワー 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 手作りマカロニサラダ マカロニ にんじん きゅうり ローズハム 食塩 オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう カレー粉 すまし汁(ごぼう・生ふ) ささがきごぼう 生ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鶏のそぼろやき 鶏もも肉 ささがきごぼう たけのこ にんじん 合挽ミンチ ほうれんそう にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ シュレッドチーズ 添え物(なす・芋) なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう カレー粉 わさび和え(もやし) りょくどうもやし にんじん えのき かに風味かまぼこ かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん だしの素 みぞ汁(ワカメ・ふ) わかめ ふ みそ だしの素	炊き込みごはん 鶏むね肉 ささがきごぼう たけのこ にんじん きざみ揚げ グリーンピース だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 酒 魚の塩焼き 鯰 食塩 大根おろし こいくちしょうゆ 手作り豆腐 こまつな 赤ピーマン 食塩不使用バター こいくちしょうゆ かりフラワー ノンオイル和風ドレッシング 大根とさつま揚げの煮物 大根 さつま揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 中華スープ(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ハセリ	米飯 米 変わりチキンロール 鶏ひき肉 ささがきごぼう にんじん いんげん 鶏卵 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 うすくちしょうゆ かたり粉 サラダ油 添え物(小松菜ソテー) こまつな 赤ピーマン 食塩不使用バター こいくちしょうゆ かりフラワー ノンオイル和風ドレッシング 大根とさつま揚げの煮物 大根 さつま揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 中華スープ(エリンギ・ワカメ) エリンギ わかめ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ハセリ
昼 食	米飯 米 魚の照り焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(ほうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん 野菜の卵とじ(白菜) 鶏卵 はくさい かに風味かまぼこ にんじん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞ汁(里芋・ふ) さといも まきふ みそ だしの素	米飯 米 鶏の柚子こしょうチーズ焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ ゆずこしょう エダムパウダーチーズ 添え物(オクラかかあえ) オクラ 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 なすのソテー(イカ) なす イカ 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 コンソメスープ(じゃがいも) じゃがいも にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 魚の梅かき焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 添え物(いんげん・香味和え) いんげん さんしょう粉 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 上白糖 セロリ オクラ 切干しいんじん にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ さき身 コンソメ だしの素 みぞ汁(小松菜・さつま揚げ) こまつな さつま揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の塩だれ炒め 豚ももスライス 豚ばらスライス はくさい りょくどうもやし チンゲンサイ にんじん 塩だれ サニーレタス 昨の物(じゃが芋) じゃがいも にんじん かいわれだいこん しらす 穀物酢 上白糖 はるさめスープ(ミックスベジタブル・さきみ) 緑豆はるさめ ミックスベジタブル さき身 うすくちしょうゆ	米飯 米 魚の洋風天ぷら メルルサ 酒 みそ 食塩 コチュジャン 薄力粉 鶏卵 白絞油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう かたくり粉 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 ミニトマト 甘辛炒め(しろな) しろな 赤ピーマン エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 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 豚のピリ辛みそ焼き(トンカツ肉) 豚ロース肉 みそ 上白糖 コチュジャン 酒 みりん 添え物(アスパラ・マッシュ南瓜) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖 土佐和え(なす) なす しらす 糸かつお うすくちしょうゆ みりん すまし汁(ちやそば・お花の豆腐) 茶そば お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のおぎマヨ焼き ホキ 食塩 こしょう 薄力粉 マヨネーズ ねぎ 添え物(香菊かかあえ) 香菊 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 春雨とエビの炒め物 緑豆はるさめ エビ たまねぎ にら にんじん おろししょうが おろしにんにく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油 みぞ汁(もやし) りょくどうもやし きざみ揚げ みそ だしの素
	米飯 米 魚の照り焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(ほうれんそう・ごま) ほうれんそう にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん 野菜の卵とじ(白菜) 鶏卵 はくさい かに風味かまぼこ にんじん だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞ汁(里芋・ふ) さといも まきふ みそ だしの素	米飯 米 鶏の柚子こしょうチーズ焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ ゆずこしょう エダムパウダーチーズ 添え物(オクラかかあえ) オクラ 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 なすのソテー(イカ) なす イカ 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 コンソメスープ(じゃがいも) じゃがいも にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 魚の梅かき焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 糸かつお みつば 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 添え物(いんげん・香味和え) いんげん さんしょう粉 こいくちしょうゆ みりん 穀物酢 上白糖 セロリ オクラ 切干しいんじん にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ さき身 コンソメ だしの素 みぞ汁(小松菜・さつま揚げ) こまつな さつま揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の塩だれ炒め 豚ももスライス 豚ばらスライス はくさい りょくどうもやし チンゲンサイ にんじん 塩だれ サニーレタス 昨の物(じゃが芋) じゃがいも にんじん かいわれだいこん しらす 穀物酢 上白糖 はるさめスープ(ミックスベジタブル・さきみ) 緑豆はるさめ ミックスベジタブル さき身 うすくちしょうゆ	米飯 米 魚の洋風天ぷら メルルサ 酒 みそ 食塩 コチュジャン 薄力粉 鶏卵 白絞油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう かたくり粉 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 ミニトマト 甘辛炒め(しろな) しろな 赤ピーマン エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 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 豚のピリ辛みそ焼き(トンカツ肉) 豚ロース肉 みそ 上白糖 コチュジャン 酒 みりん 添え物(アスパラ・マッシュ南瓜) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖 土佐和え(なす) なす しらす 糸かつお うすくちしょうゆ みりん すまし汁(ちやそば・お花の豆腐) 茶そば お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のおぎマヨ焼き ホキ 食塩 こしょう 薄力粉 マヨネーズ ねぎ 添え物(香菊かかあえ) 香菊 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 春雨とエビの炒め物 緑豆はるさめ エビ たまねぎ にら にんじん おろししょうが おろしにんにく ガラスープ オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油 みぞ汁(もやし) りょくどうもやし きざみ揚げ 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 3月【常食】

	16(月)	17(火)	18(水)	19(木)	20(金)	21(土)	22(日)
朝食	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ ほうれん草とツナのバターソテー ほうれんそう にんじん ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド フルーツジュース まろやかフルーツジュース	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ ローズハム 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜の焼肉のたれ炒め しらね にんじん たまねぎ ローズハム サラダ油 食塩 こしょう 焼肉のたれ 牛乳	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール きのこウインナーのソテー きのこミックス チンゲンサイ ポークウインナー 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ りんごジュース りんごジュース	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 ローズハム にんじん 塩だれ ごま油 牛乳	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 キウイフルーツ プロセステース プロセステース 紅茶(ストレート) 紅茶 グラニュー糖	米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご こまつな こいくちしょうゆ みりん みそ汁(長芋・さつま揚げ) ながいも さつま揚げ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくた煮
	米飯 米 鮭のみそキムチ焼き 鮭 みそ 上白糖 はくさいキムチ エダムパウダーチーズ 添え物(キャベツごま和え) キャベツ ごま うすくちしょうゆ みりん マゼドアンサラダ じゃがいも にんじん グリーンアスパラガス ローズハム 食塩 こしょう マヨネーズ すまし汁(そうめん・生ふ) そうめん きざみ揚げ 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 おでん 焼き豆腐 竹輪 大根 さつま揚げ ミニこぼろ天 こんにやく 鶏もも肉 うずら卵水煮 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 フルーツ(いちご) いちご コンデンスミルク すまし汁(春菊・人参) 春菊 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	★古加川名物★カツメシ 米 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 キャベツ 胡瓜とカニカマのわさび和え 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 ピーチゼリー ピーチゼリー コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 鴨南蛮そば 和そば 鴨ロース かまぼこ ほうれんそう ねぎ 食塩 車糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 里芋とイカの煮物 さといも イカ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 グリルピース 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	米飯 米 魚のオイスターソース煮 鯖 えのき オイスターソース 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン だしの素 ごま 白ねぎ がんとどぎ 木の葉南瓜 ふき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし 酢の物(竹輪) きゅうり にんじん 竹輪 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みそ汁(ほうれん草・ふ) ほうれんそう ふ みそ だしの素	米飯 米 ささみの襦しそ天ぷら ささ身 梅干し 大葉 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(アスパラしょうが和え) グリーンアスパラガス おろししょうが こいくちしょうゆ みりん キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ミニトマト じゃがいもの金平 じゃがいも にんじん 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 七味 みそ汁(菜の花・ふ) 菜の花 ふ みそ だしの素	米飯 米 魚のかば焼き 鯖 みそ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(アスパラしょうが和え) グリーンアスパラガス おろししょうが こいくちしょうゆ みりん ひじきの五目煮 ほしひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにやく いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん みそ汁(春菊・ふ) 春菊 まきふ みそ だしの素
夕食	他人弁 米 鶏卵 牛かたローススライス たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ みつば きざみのみり 中華風酢の物 チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ りよくとうもろこし 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 トウバンジャン 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 すまし汁(ゆば) 湯葉 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	米飯 米 白身魚のおかかバター焼き なまず 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 糸かつお 食塩不使用バター 添え物(スナッパエンドウ) スナッパエンドウ グリーンピース 食塩 こしょう オリーブ油 みぞれ和え(白菜) はくさい にんじん かまぼこ ねぎ おろししょうが こいくちしょうゆ みりん みそ汁(小松菜・しめじ) こまつな しめじ みそ だしの素	米飯 米 魚介の中巻炒め エビ イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りよくとうもろこし 黄ピーマン ごま油 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 サニーレタス 湯豆腐 絹ごし豆腐 糸かつお ねぎ おろししょうが こいくちしょうゆ みりん すまし汁(ふ・とろろこぶ) ふ とろろ昆布 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 鮭のマヨカレ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ カレー粉 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 牛肉とつきごんの炒め物 牛かたローススライス つきこんにやく 赤ピーマン おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 きぬさや みそ汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう ごま油 かたくり粉 すまし汁(豆腐・きぬさや) 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 石垣むし卵 鶏卵 さといも 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みつば 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 添え物(小松菜) こまつな にんじん からし こいくちしょうゆ みりん カニシューマイ 焼きナスのそぼろあんかけ 焼きナス 鶏ひき肉 グリーンピース だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 すまし汁(豆腐・きぬさや) 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 白身魚のデミチーズ焼き ホキ デミグラスソース トマトケチャップ 上白糖 コンソメ トンカツソース シュレッドチーズ 添え物(ズッキーニ) ズッキーニ 食塩 こしょう カレー粉 オリーブ油 ツナと水菜のパスタ スパゲティ ツナ缶詰 みずな ローズハム 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター きざみのみり ハンバーグソース かぼちゃ たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 肉団子のトマトクリーム煮 ミートボール ほうれんそう たまねぎ 黄ピーマン しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 牛乳 食塩 こしょう かたくり粉 サニーレタス なすのソテー(ムキエビ) なす エビ 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 コンソメスープ(玉ねぎ) たまねぎ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう

※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3月【常食】

	23(月)	24(火)	25(水)	26(木)	27(金)	28(土)	29(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド しらなとベーコンのソテー しらな ベーコン たまねぎ サラダ油 ガラスープ こいくちしょうゆ 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド キャベツとワインナーのソテー キャベツ ポークワインナー たまねぎ 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ サラダ油 うすくちしょうゆ コーヒーマヨネーズ コーヒーマヨネーズ	菓子パン(りんりんりんこ) りんりんりんこパン 白菜スープ煮 はくさい にんじん はんぺん コンソメ 食塩 こしょう パセリ 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド 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 サラダ油 オレンジジュース オレンジジュース	米飯 米 ほうれん草とはんぺんの煮ひたし ほうれん草 はんぺん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だし みそ みそ汁(国産・あげ) さといも きざみ揚げ みそ だし ふりかけ(のりたま) のりたまふりかけ	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム 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 ローズハム 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
	米飯 米 鶏のタラマヨネ焼 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ たらこ のざわな漬け マヨネーズ 蒸え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター ミニトマト 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(わかめ・ふ) 手まりふ わかめ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 キムチスオムレツ 鶏卵 じゃがいも はくさいキムチ 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 蒸え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ローズハム コールスロッドレッシング 小松菜のなめ茸和え こまつな にんじん ささ身 なめ茸 こいくちしょうゆ 豆腐スープ 絹ごし豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	おにぎり(しほ漬け) 米 しほ漬け 半トロうどん うどん 牛かたローズスライス スライスチーズ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 長辛トロロ かまぼこ ねぎ だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん ハム巻き ローズハム かいわれだいこん マヨネーズ かめ煮 かぼちゃ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 明太チーズピラカツ 牛かたローズスライス スライスチーズ からしめんたいこ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 蒸え物(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 しらす和え(ほうれん草) ほうれん草 にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん 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	中華丼 米 豚ももスライス エビ イカ はくさい にんじん たまねぎ しいたけ かまぼこ うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが 小籠包 小籠包 サラダ フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル いちご キウイフルーツ 中華スープ(チンゲンサイ・コーン) チンゲンサイ コーン シヤンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 蒸え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 エダマシパウダーチーズ みそ汁(こぼろ・芋) ささきごぼう さつまいも なめ茸 みそ だしの素	お好み卵焼き 鶏ひき肉 こまつな キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり 粉かつお 紅しょうが 蒸え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 エダマシパウダーチーズ 絹厚揚げの小粒あんかけ 絹厚揚げ 小粒 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 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
昼食	米飯 米 鶏のタラマヨネ焼 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ たらこ のざわな漬け マヨネーズ 蒸え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター ミニトマト 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(わかめ・ふ) 手まりふ わかめ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 キムチスオムレツ 鶏卵 じゃがいも はくさいキムチ 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 蒸え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ローズハム コールスロッドレッシング 小松菜のなめ茸和え こまつな にんじん ささ身 なめ茸 こいくちしょうゆ 豆腐スープ 絹ごし豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	おにぎり(しほ漬け) 米 しほ漬け 半トロうどん うどん 牛かたローズスライス スライスチーズ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 長辛トロロ かまぼこ ねぎ だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん ハム巻き ローズハム かいわれだいこん マヨネーズ かめ煮 かぼちゃ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 明太チーズピラカツ 牛かたローズスライス スライスチーズ からしめんたいこ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 蒸え物(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 しらす和え(ほうれん草) ほうれん草 にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん 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	中華丼 米 豚ももスライス エビ イカ はくさい にんじん たまねぎ しいたけ かまぼこ うずら卵水煮 きぬさや ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 紅しょうが 小籠包 小籠包 サラダ フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル いちご キウイフルーツ 中華スープ(チンゲンサイ・コーン) チンゲンサイ コーン シヤンタン うすくちしょうゆ	米飯 米 蒸え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 エダマシパウダーチーズ みそ汁(こぼろ・芋) ささきごぼう さつまいも なめ茸 みそ だしの素	お好み卵焼き 鶏ひき肉 こまつな キャベツ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 鶏卵 トンカツソース あおのり 粉かつお 紅しょうが 蒸え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 エダマシパウダーチーズ 絹厚揚げの小粒あんかけ 絹厚揚げ 小粒 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 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
	米飯 米 白身魚の菜種焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 みそ 上白糖 酒 みりん 蒸え物(もやし・赤ピーマン) りょうとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 食塩 はくさい にんじん 焼き豚 かいわれだいこん 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 中華スープ(エリンギ・コーン) エリンギ コーン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 豚肉のしっとり焼き 豚ももスライス 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 かたくり粉 たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 蒸え物(大根) 大根 にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん お魚豆腐 酢の物(ワカメ) きゅうり わかめ しらす 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すまし汁(春菊・お花の豆腐) 春菊 お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚のけんちん焼き ホキ 食塩 木綿豆腐 合挽ミンチ にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 蒸え物(しらな) しらな こいくちしょうゆ みりん からし フロッコリーの洋風ごま和え フロッコリー にんじん 豚ももスライス こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 すまし汁(しめじ・とろろこぶ) しめじ 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	米飯 米 エビ団子の旨煮 海老ホール 大根 にんじん レンコン むぎ枝豆 だしの素 上白糖 みそ みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 ピリ辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん 豚ももスライス 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(そうめん) そうめん まきふ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 鮭のみそオイル焼き 鮭 食塩 しらな かつま揚げ ズッキーニ みそ 食塩不使用バター みそ 上白糖 みりん うすくちしょうゆ もやしとカンパマの辛し和え りょうとうもやし 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(そうめん) そうめん まきふ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん オレンジゼリー オレンジゼリー	おにぎり(おかか) 米 混ぜ込みわかめ おかか ハイカラきのこそば 和そば 天かす なめ茸 かまぼこ ほうれん草 ねぎ みそ 上白糖 うすくちしょうゆ 大根と豚バラの煮物 大根 豚ばらスライス グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 オレンジゼリー オレンジゼリー	米飯 米 肉豆腐(豚) 木綿豆腐 豚ももスライス ささきごぼう 春菊 にんじん マロニー 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 パブリカの中華風酢の物 りょうとうもやし 赤ピーマン グリーンアスパラガス ベーコン 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 みそ汁(白菜) はくさい きざみ揚げ みそ だしの素
夕食	米飯 米 白身魚の菜種焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 みそ 上白糖 酒 みりん 蒸え物(もやし・赤ピーマン) りょうとうもやし 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 食塩 はくさい にんじん 焼き豚 かいわれだいこん 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 中華スープ(エリンギ・コーン) エリンギ コーン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 豚肉のしっとり焼き 豚ももスライス 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 かたくり粉 たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 蒸え物(大根) 大根 にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん お魚豆腐 酢の物(ワカメ) きゅうり わかめ しらす 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すまし汁(春菊・お花の豆腐) 春菊 お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚のけんちん焼き ホキ 食塩 木綿豆腐 合挽ミンチ にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 蒸え物(しらな) しらな こいくちしょうゆ みりん からし フロッコリーの洋風ごま和え フロッコリー にんじん 豚ももスライス こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 すまし汁(しめじ・とろろこぶ) しめじ 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	米飯 米 エビ団子の旨煮 海老ホール 大根 にんじん レンコン むぎ枝豆 だしの素 上白糖 みそ みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 ピリ辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん 豚ももスライス 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(そうめん) そうめん まきふ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 鮭のみそオイル焼き 鮭 食塩 しらな かつま揚げ ズッキーニ みそ 食塩不使用バター みそ 上白糖 みりん うすくちしょうゆ もやしとカンパマの辛し和え りょうとうもやし 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(そうめん) そうめん まきふ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん オレンジゼリー オレンジゼリー	おにぎり(おかか) 米 混ぜ込みわかめ おかか ハイカラきのこそば 和そば 天かす なめ茸 かまぼこ ほうれん草 ねぎ みそ 上白糖 うすくちしょうゆ 大根と豚バラの煮物 大根 豚ばらスライス グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 オレンジゼリー オレンジゼリー	米飯 米 肉豆腐(豚) 木綿豆腐 豚ももスライス ささきごぼう 春菊 にんじん マロニー 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 パブリカの中華風酢の物 りょうとうもやし 赤ピーマン グリーンアスパラガス ベーコン 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 みそ汁(白菜) はくさい きざみ揚げ 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 3月 [常食]

30(月)		31(火)					
朝 食	食パン(バター) 食パン バターブレンド	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					
	野菜のオイスターソース炒め チンゲンサイ にんじん かまぼこ おろししょうが 食塩 こしょう オイスターソース こいくちしょうゆ ごま油	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					
	牛乳 牛乳	ヨーグルト ヨーグルト 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖					
昼 食	ミニチャーハン 米 豚ももスライス たまねぎ にんじん 青ピーマン 食塩 鶏卵 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油	米飯 米 白身魚のしゃぶしゃぶ風 ホキ 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 しめじ 海老ボール 大根おろし 味ぽん					
	どんこつラーメン 中華麺 焼き豚 なると りよくとうもやし ほうれんそう 白湯ラーメンスープ	イカの塩だれ炒め イカ フロッコリー 赤ピーマン 塩だれ ごま油					
	華いかしゅうまい 華いかしゅうまい サラダな 味ぽん	すまし汁(ちゃそば・生ふ) 茶そば 生ふ きざみのり 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素					
	コンポート りんご 上白糖 ミントの葉						
夕 食	米飯 米	シーフード炊き込みご飯 米 エビ 小柱 あさりむき身 ささがきごぼう たけのこ にんじん きざみ揚げ グリーンピース だしの素 食塩 うすくちしょうゆ					
	魚のカレー竜田揚げ たら 酒 みりん こいくちしょうゆ カレー粉 かたくり粉 白絞油 サラダな	だし巻き卵なめ茸かけ 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 なめ茸					
	添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ フレンチドレッシング ミニトマト	和風サラダ(じゃがいも) じゃがいも にんじん たらこ かいわれだいこん 食塩 こしょう マヨネーズ みりん こいくちしょうゆ					
	竹輪ときのこのソテー 竹輪 しめじ しいたけ いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油	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(しろな・お花の豆腐) しろな お花のとうふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素						

※都合により献立を変更することがあります