

〇〇献立一覧表〇〇

令和2年9月【常食】

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
朝食	食パン(マーマレードシヤム) 食パン マーマレード きのこワインナーのソテー きのこミックス 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 牛乳 牛乳	菓子パン(ビーフロクケパン) ビーフロクケパン しろなのコンソメスープ煮 しろな ロースハム 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	米飯 米 小松菜とほんべんの煮ひたし こまつな ほんべん にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 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(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 コービー牛乳 コービー牛乳	菓子パン(明太チーズコッペ) 明太チーズコッペパン フルーツ(なし・ひわ炬) なし ひわ炬詰 牛乳 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 オレンジ 白桃缶詰 フロセステーズ フロセステーズ 紅茶(ストレード) 紅茶 グラニュー糖
	米飯 米 魚のタラヨ葉焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ たらこ のさわな漬け マヨネーズ 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 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 みそ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 佃田煮 油揚げ 鶏ひき肉 にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ おろししょうが 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 高野豆腐 ふき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 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 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	★金沢名物★ハントライス風 鶏卵 米 鶏もも肉 たまねぎ ミックスベジタブル 食塩 こしょう サラダ油 トマトケチャップ こいくちしょうゆ コンソメ たら 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 タルタルソース 鶏卵 トウモロコシソース フルーツ(ぶどう) ぶどう コンソメスープ(エリンギ) わかめ エリンギ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	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(いんげんかか和え) いんげん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん さつま芋のバター醤油炒め さつまいも しめじ にんじん 豚ももスライス 食塩不使用バター コンソメ うすくちしょうゆ パセリ コンソメスープ(しろな) しろな コーン コンソメ こしょう トウモロコシ うすくちしょうゆ	米飯 米 鶏の麻付け天ぷら 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 大葉 ごま 紅しょうが 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ フロッキー ノンオイル青じそドレッシング 食塩 トマト 中華風酢の物 チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ りょくとうもやし 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 トウモロコシ 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 魚のピリ辛ネギダレかけ 赤魚 食塩 薄力粉 白ねぎ 赤ピーマン 黄ピーマン 青ピーマン 上白糖 うすくちしょうゆ トウモロコシ かたくり粉 ごま油 添え物(フロッコリー) フロッコリー 食塩 ツナと水菜のバスタ スパゲティ ツナ缶詰 みずな ロースハム 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター きざみおろし 胡瓜の冷製スープ きゅうり たまねぎ じゃがいも 牛乳 コンソメ 食塩 うすくちしょうゆ みりん 生クリーム
昼食	米飯 米 鶏のピザ風焼き 鶏もも肉 食塩 こしょう ピザソース スライスチーズ 青ピーマン サラダ油 添え物(ズッキーニ・夏芋) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 ながいも 食塩 こしょう カレー粉 豚ミンチと春雨の炒め物 緑豆はるさめ 豚ひき肉 たまねぎ にら にんじん 春菊 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 野菜スープ(キャベツ) キャベツ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 白身魚の香味バター焼き マヨネーズ 酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター 添え物(もやし・ごまあえ) りょくとうもやし にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん サラダ油 シーチキンサラダ(炒り卵入り) きゅうり にんじん ツナ缶詰 鶏卵 食塩 こしょう マヨネーズ みそ汁(春菊・ベーコン) 春菊 ベーコン みそ だしの素	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 添え物(アスパラ・南瓜) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう 食塩不使用バター かぼちゃ 食塩 ごま和え(白菜) はくさい にんじん きゅうり かまぼこ ごま うすくちしょうゆ みりん すまし汁(オクラ・ふ) オクラ ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	おにぎり(栗飯) 米 栗飯の素 冷やし鶏おろしそば 和そば 鴨ロース 大根おろし かまぼこ きざみおろし めんつゆ 焼きナスのエビあんかけ 焼きナス エビ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 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	米飯 米 魚の貫身焼き 鮭 みりん こいくちしょうゆ 卵黄 添え物(カリフラワー・かかあえ) カリフラワー 糸かつお うすくちしょうゆ ごま油 サラダ油 ピリ辛炒め(小松菜) こまつな にんじん 豚ももスライス 上白糖 食塩 こいくちしょうゆ トウモロコシ ごま油 みそ汁(ワカメ・ふ) わかめ ふ みそ だしの素	米飯 米 豚のみそ焼き 豚ももスライス みりん こいくちしょうゆ キャベツ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油 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 ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 レンコンと厚揚げの煮物 レンコン 厚揚げ むき枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 すまし汁(春菊・ハンペン) 春菊 ほんべん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
	夕食					

※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9月【常食】

	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)
朝食	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	菓子パン(おいもちちゃん) おいもちちゃん 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 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 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 竹輪 コンソメ こしょう うすくちしょうゆ りんごジュース りんごジュース	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム 小松菜とウインナーのソテー こまつな ホークウインナー 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	米飯 米 だし巻卵 だし巻きたまご 春菊 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(なす・あげ) なす きざみ揚げ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだ煮	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなりのガーリックソテー しろな 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 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 チンゲン菜とハムコーンのソテー チンゲンサイ ロースハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 牛乳 牛乳
	米飯 米 おろし煮鶏 鶏もも肉 大根おろし 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん かたくり粉 サラダ油 添え物(アスパラ・粉ふき芋) グリーンアスパラガス にんじん 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 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 みそ汁(ワカメ・えのき) わかめ えのき みそ だしの素	米飯 米 白身魚のみそキムチ焼き なます 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(オクラソテー) オクラ 上白糖 うすくちしょうゆ オリーブ油 長芋の短冊和え ながいも 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ あおのり すまし汁(ちやそば・お花の豆腐) 茶そば お花の豆腐 食塩 うすくちしょうゆ 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 ツナ缶詰 プロコッリー デミグラスソース ビーフシチューの素 大根サラダ(ごまドレ) 大根 ロースハム にんじん 食塩 こしょう 焼酎コマドレッシング オレンジゼリー オレンジゼリー	米飯 米 ツナチーズオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん ツナ缶詰 シュレッドチーズ サラダ油 トマケチャップ トンカツソース 添え物(いんげんピーナツ和え) いんげん ピーナツ和えの素 みりん さつまいも 食塩不使用バター エダムパウダーチーズ ピリ辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 コンソメスープ(玉ねぎ) たまねぎ コーン コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 豚のスタミナ焼き 豚ももスライス りよとどうもやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ サラダ油 添え物(しろなかかあえ) しろなか 糸かつお こいくちしょうゆ みりん さつまいも 食塩不使用バター エダムパウダーチーズ エビあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 エビ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 みそ汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ さがきごぼう みそ だしの素	冷麺 中華種 きゅうり 錦糸卵 ロースハム トマト 紅しょうが 冷やし中華のたれ 餃子 餃子 味ぼん 豆腐の甘みそかけ 絹ごし豆腐 プロコッリー みそ 上白糖 みりん ぶどう寒天 ぶどうジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	米飯 米 豚肉のソテーアップルソースかけ 豚ロース肉 アップルソース 食塩 こしょう りんご 上白糖 レモン かたくり粉 サラダ油 添え物(マッシュポテト) じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 こしょう パセリ にんじん オリーブ油 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ ピーナツ和え(インゲン) さやいんげん冷凍 にんじん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ コンソメスープ(ワカメ) わかめ えのき コンソメ うすくちしょうゆ こしょう
	米飯 米 魚のタルタルパン粉焼き 鯖 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 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 五目コンソメ煮(白菜・豚肉) はくさい つきこんにやく にんじん 豚ばらスライス きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ 中華スープ(ほうれんそう) ほうれんそう にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 豚肉の生煮焼き 豚ももスライス おろししょうが 酒 たまねぎ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 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 手作り豚豆腐 鶏卵 食塩 コンソメ うすくちしょうゆ だしの素 みつば みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ きぬさや みそ だしの素	天丼 米 エビ なす かぼちゃ レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 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 ふきとぎつまあげの煮物 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 赤だし汁(なめこ) なめこ わかめ みつば 赤みそ だしの素	米飯 米 鶏の和風ピカタ 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 あおのり 添え物(もやしソテー・トマト) りよとどうもやし 食塩 こしょう うすくちしょうゆ オリーブ油 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 ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ うすくちしょうゆ 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	米飯 米 白身魚のナンブラーソースかけ メバル 食塩 上白糖 ナンブラー チリソース かたくり粉 白ねぎ 添え物(キャベツごま和え) キャベツ りよとどうもやし ごま 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 ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ はるさめスープ(ミックスベジタブル・さがき) 緑豆はるさめ ミックスベジタブル さがき みりん うすくちしょうゆ	米飯 米 鶏のうぐいす焼き 鶏もも肉 むき枝豆 白みそ みそ 上白糖 みりん 添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ キャベツ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド 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 ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ 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	米飯 米 魚のチリマヨポパイ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれんそう にんじん マヨネーズ チリソース 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 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 みそ汁(大根・ふ) 大根 まきふ 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9月 [常 食]

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝 食	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 フルーツ(なし・賞味缶) なし 黄桃缶詰 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	菓子パン(バター) 食パン バターブレンド オムレツミートソースかけ オムレツ ミートソース エダムパウダーチーズ 牛乳 牛乳	菓子パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム ホワイトアスパラシーチキン炒め ホワイトアスパラ ツナ缶詰 赤ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 牛乳 牛乳	菓子パン(メロンパン) メロンパン チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ ホウワトアスパ ローズハム にんじん コンソメ こしょう 食塩 こいくちしょうゆ サラダ油 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	菓子パン(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 コンソメ こしょう 食塩 こいくちしょうゆ サラダ油 フルーツジュース フルーツジュース	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 ヨーグルト ヨーグルト フルーツジュース フルーツジュース	米飯 米 長芋の煮付け ながいも 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 みそ汁(春雨・あげ) 春雨 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
	米飯 米 魚の橋肉焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 大葉 ごま 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 いり豆腐(ムキエビ) 木綿豆腐 エビ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 サラダ油 みそ汁(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 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 りよくとうもろやし にんじん 青ピーマン 赤ピーマン サラダ油 味噌 こいくちしょうゆ サニーレタス 星芋とイカの煮物 さいとも イカ 上白糖 エビ たまねぎ にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みそ汁(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 魚のみぞれ煮 鰯 大根おろし だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん がんとどき ながいも 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 鮎揚げ ほうれんそう とうがん ほくさい こいくちしょうゆ みりん だしの素 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(豆腐) 豆腐 わかめ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 ささみのキムチチーズ天ぷら ささみ スライスチーズ はくさいキムチ 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 こいくちしょうゆ 添え物(キャベツとかまぼこ・トマト) キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん トマト カニカマあかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 かまぼこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 コンソメスープ(カキフライ) カキフライ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり 冷やし豚おろしうどん うどん 豚ももスライス パン粉 牛乳 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 アサカド チリソース かに風味かまぼこ きざみのみ めんつゆ 鶏肉煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにゃく 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 ほうれん草のなめ煮和え ほうれんそう にんじん ローズハム コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	ロコモコ丼 米 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 上白糖 レタス アサカド チリソース デミグラスソース 食塩 トマトケチャップ トンカツソース 胡瓜と豚き豚のわさび和え きゅうり にんじん 焼き豚 ごま うすくちしょうゆ わさび みりん カルフリス寒天 乳酸菌飲料 上白糖 粉寒天 ミントの葉 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 パセリ	米飯 米 魚のごまネーズ焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ ごま 添え物(ズッキーニ) 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 じゃがいもの甘辛炒め(エビ) じゃがいも にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(小松菜・ふ) こまつな 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素
昼 食	米飯 米 チータマカツ 鶏ひき肉 たまねぎ ミンクスベジタブル 鶏卵 シュレッドチーズ 鶏卵 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 ウスターソース 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 胡瓜と竹輪のわさび和え きゅうり にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ わさび みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ペパ焼き 豚ばらスライス キャベツ ねぎ なます 長芋トコロ かつか粉 青ピーマン 薄力粉 鶏卵 鶏卵 牛乳 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり 紅しょうが マヨネーズ 中華麺 豚ももスライス エビ たまねぎ キャベツ にんじん 食塩 こしょう ウスターソース 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 かたく粉 国産和製ゼリー 国産和製ゼリー すまし汁(しろな・生ふ) しろな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 ビーフチャップ 牛かたローズスライス 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 ウスターソース サラダ油 みりん 添え物(インゲン・グラッセ) いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ごほうサラダ ささがきごぼう 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 コンソメスープ(ズッキーニ・ハム) ズッキーニ ローズハム コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 白身魚の栗焼焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 みそ 上白糖 酒 焼肉のたれ サラダ油 みりん 添え物(しろなごまあえ) しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん 五目春雨(ムキエビ) 綠豆はるさめ エビ 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 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ かいわれだいこん ズッキーニ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚介のスタミナ焼き 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 サラダ油 みりん 大焼売 大焼売 味噌 サラダ油 パンパキンスープ かぼちゃ たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 魚の韓国風煮 赤魚 おろししょうが コチュジャン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 酒 だしの素 ごま油 木の葉南瓜 さいとも きつみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 豆腐ステーキ 絹ごし豆腐 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん みつば サラダ油 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 チータマカツ 鶏ひき肉 たまねぎ ミンクスベジタブル 鶏卵 シュレッドチーズ 鶏卵 鶏卵 牛乳 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 ウスターソース 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 胡瓜と竹輪のわさび和え きゅうり にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ わさび みりん すまし汁(しめじ・栗の花) しめじ 栗の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	ペパ焼き 豚ばらスライス キャベツ ねぎ なます 長芋トコロ かつか粉 青ピーマン 薄力粉 鶏卵 鶏卵 牛乳 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり 紅しょうが マヨネーズ 中華麺 豚ももスライス エビ たまねぎ キャベツ にんじん 食塩 こしょう ウスターソース 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 かたく粉 国産和製ゼリー 国産和製ゼリー すまし汁(しろな・生ふ) しろな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 ビーフチャップ 牛かたローズスライス 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 ウスターソース サラダ油 みりん 添え物(インゲン・グラッセ) いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ごほうサラダ ささがきごぼう 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 コンソメスープ(ズッキーニ・ハム) ズッキーニ ローズハム コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 白身魚の栗焼焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 みそ 上白糖 酒 焼肉のたれ サラダ油 みりん 添え物(しろなごまあえ) しろな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん 五目春雨(ムキエビ) 綠豆はるさめ エビ 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 すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ かいわれだいこん ズッキーニ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚介のスタミナ焼き 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 サラダ油 みりん 大焼売 大焼売 味噌 サラダ油 パンパキンスープ かぼちゃ たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 魚の韓国風煮 赤魚 おろししょうが コチュジャン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 酒 だしの素 ごま油 木の葉南瓜 さいとも きつみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 豆腐ステーキ 絹ごし豆腐 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん みつば サラダ油 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	

※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9月【常食】

	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
朝食	煮パン(バター) 煮パン バターブレンド きのことベーコンのソテー 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 牛乳 牛乳	煮パン(バター) 煮パン 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 ロースハム サラダ油 食塩 こしょう 焼肉のたれ 牛乳 牛乳	菓子パン(コーンデニッシュ) コーンデニッシュ フルーツポンチ みかん缶詰 パイン缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	煮パン(バター) 煮パン バターブレンド しるなとベーコンのソテー しるな ベーコン たまねぎ にんじん 上白糖 ガラスープ こいくちしょうゆ りんごジュース りんごジュース	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ 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 ガラスープ オリーブ油 牛乳 牛乳	米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご ほうれんそう こいくちしょうゆ みりん みそ汁(具卒・さつま揚げ) ながいも さつま揚げ みそ だしの素 梅ひしお 梅ひしお	煮パン(マーメレードシヤム) 煮パン マーメレード 大福のスープ煮 大福 大根 にんじん ロースハム コンソメ 食塩 こしょう パセリ 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト
	米飯 米 肉団子の甘酢炒め ミートボール たまねぎ にんじん 赤ピーマン 青ピーマン 黄ピーマン たけのこ 上白糖 殺物酢 こいくちしょうゆ オイスターソース ガラスープ かたくり粉 サニーレタス 温泉卵 鶏卵 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(菜の花・さつま揚げ) 菜の花 さつま揚げ みそ だしの素	おにぎり(おかわりカメ) 米 混ぜ込みわかめ おかか 肉うどん うどん 牛かたローススライス たまねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ 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 具卒の梅干細和え ながいも 梅干し みりん こいくちしょうゆ あおのり 乱切りこぼろとエビ団子の煮付け 乱切りこぼろ 海老ボール こんにゃく グリンピース 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素	雑菜寿司 米 鮭 のぎわな漬け 上白糖 殺物酢 食塩 練糸卵 きざみのり きぬさや 金山寺みそ 寿司エビ 紅しょうが 田楽風 焼き豆腐 さといも 竹輪 にんじん だしの素 うすくちしょうゆ 赤みそ 上白糖 みりん フルーツ(ぶどう) ぶどう 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 鶏の金山寺みそ焼き 鶏もも肉 メルルーサ 酒 かたくり粉 白絞油 レンコン 殺物酢 きぬさや 金山寺みそ 上白糖 添え物(小松菜・ごま) こまつな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 さんしょう粉 大根サラダ(マヨネーズ) 大根 ツナ缶詰 にんじん きゅうり 食塩 こしょう マヨネーズ すまし汁(ふ・どろろこぶ) ふ どろろ昆布 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 白身魚のカレー南蛮揚げ メルルーサ 酒 かたくり粉 白絞油 レンコン 殺物酢 きぬさや こいくちしょうゆ カレー粉 サニーレタス 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ ノンオイル和風ドレッシング トマト 王佐和え(白菜) はくさい にんじん 焼き豚 糸かつお うすくちしょうゆ みりん みそ汁(チンゲン菜・お花の豆腐) チンゲンサイ お花のとうふ みそ だしの素	米飯 米 肉豆腐(牛肉) 木綿豆腐 牛かたローススライス さきかきごぼろ 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 酢みそ和え キャベツ きゅうり わかめ 竹輪 上白糖 みそ 殺物酢 すまし汁(とうがん・人参) とうがん こいくちしょうゆ にんじん 厚揚げ 厚揚げ 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 キムチキンのり巻き 焼きのり 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 はくさい キムチ みそ 添え物(ズッキーニ・お魚豆腐) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 小松菜のなめ茸和え こまつな にんじん エビ なめ茸 こいくちしょうゆ すまし汁(厚揚げ) 厚揚げ 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 白身魚の白菜クリームソースかけ ホキ 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 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 ピリ辛炒め(ほうれん草) ほうれんそう にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 豆腐スープ(ハム・コーン) 豆腐 コーン ロースハム コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 伏見卵 鶏卵 厚揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん こいくちしょうゆ みつば 食塩 サラダ油 添え物(アスパラ・カレー粉ふき) オクラ 食塩 こしょう グリーンアスパラガス にんじん 添え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ロースハム コールスロードレッシング ミニトマト 野菜の卵とじ(春菊) 鶏卵 春菊 たまねぎ にんじん 食塩 こしょう カレー粉 王佐和え(胡瓜・きさみ) きゅうり にんじん さき身 糸かつお うすくちしょうゆ みりん みそ汁(大根・オクラ) 大根 オクラ みそ だしの素	米飯 米 豚肉と野菜の細切り炒め 豚ももスライス にんじん たけのこ 青ピーマン いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ エビ みりん サラダ油 添え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ロースハム コールスロードレッシング ミニトマト ナムル風 ほうれんそう 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 みそ汁(きつまいも・あげ) きつまいも さつま揚げ みそ だしの素	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 小田巻むし 鶏卵 うすくちしょうゆ 食塩 だしの素 ぶり エビ ゆりね しいたけ にんじん うどん みつば ナムル風 ほうれんそう 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 みそ汁(きつまいも・あげ) きつまいも さつま揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚のデミチーフ焼き 豚ロース肉 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 ショウレッドチーズ 添え物(ホリイトアスパラ・人参) ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう にんじん オリーブ油 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 グリンピース サラダ油 もやしスープ りよとうもやし ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 レタスチャーハン 米 エビ たまねぎ にんじん レタス 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 華いかしゅうまい 華いかしゅうまい サラダ油 サラダ油 味ぽん フロックリーのピリ辛サラダ フロックリー にんじん 食塩 こしょう さき身 マヨネーズ トリソース ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 白身魚の味付け天ぷら たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 大葉 黒ごま 紅しょうが 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 添え物(ズチップエンドウ) スナップエンドウ スピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 カリフラワー 上白糖 殺物酢 ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにゃく 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(しるな) しるな ベーコン みそ だしの素
	米飯 米 白身魚の白菜クリームソースかけ ホキ 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 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 ピリ辛炒め(ほうれん草) ほうれんそう にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 豆腐スープ(ハム・コーン) 豆腐 コーン ロースハム コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 伏見卵 鶏卵 厚揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 にんじん こいくちしょうゆ みつば 食塩 サラダ油 添え物(アスパラ・カレー粉ふき) オクラ 食塩 こしょう グリーンアスパラガス にんじん 添え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ロースハム コールスロードレッシング ミニトマト 野菜の卵とじ(春菊) 鶏卵 春菊 たまねぎ にんじん 食塩 こしょう カレー粉 王佐和え(胡瓜・きさみ) きゅうり にんじん さき身 糸かつお うすくちしょうゆ みりん みそ汁(大根・オクラ) 大根 オクラ みそ だしの素	米飯 米 豚肉と野菜の細切り炒め 豚ももスライス にんじん たけのこ 青ピーマン いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ エビ みりん サラダ油 添え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ロースハム コールスロードレッシング ミニトマト ナムル風 ほうれんそう 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 みそ汁(きつまいも・あげ) きつまいも さつま揚げ みそ だしの素	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 小田巻むし 鶏卵 うすくちしょうゆ 食塩 だしの素 ぶり エビ ゆりね しいたけ にんじん うどん みつば ナムル風 ほうれんそう 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 みそ汁(きつまいも・あげ) きつまいも さつま揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚のデミチーフ焼き 豚ロース肉 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 ショウレッドチーズ 添え物(ホリイトアスパラ・人参) ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう にんじん オリーブ油 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 グリンピース サラダ油 もやしスープ りよとうもやし ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 レタスチャーハン 米 エビ たまねぎ にんじん レタス 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 華いかしゅうまい 華いかしゅうまい サラダ油 サラダ油 味ぽん フロックリーのピリ辛サラダ フロックリー にんじん 食塩 こしょう さき身 マヨネーズ トリソース ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ 食塩不使用バター 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 白身魚の味付け天ぷら たら 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 大葉 黒ごま 紅しょうが 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダ油 添え物(ズチップエンドウ) スナップエンドウ スピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 カリフラワー 上白糖 殺物酢 ひじきの五目煮 ひじき きざみ揚げ にんじん つきこんにゃく 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(しるな) しるな ベーコン 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9月【第 食】

	28(月)	29(火)	30(水)			
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(チョコソース) ホットケーキミックス	米飯 米			
	きのこと卵のソテー きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターブレンド こいくちしょうゆ	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 白桃缶詰	チンゲン菜とかまぼこの煮ひたし チンゲンサイ かまぼこ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素			
昼食	牛乳 牛乳	フロセスチーズ フロセスチーズ 紅茶(ストレート) 紅茶 グラニュー糖	みそ汁(なす・はんぺん) なす はんぺん みそ だしの素			
	栗ご飯 米 もち米 栗 食塩 酒	米飯 米	のり佃煮 のりのつくだ煮			
夕食	魚の塩焼き 鯖 食塩 春菊 にんじん こいくちしょうゆ みりん	根菜バーグ 合挽ミンチ たまねぎ ささがきごぼう レンコン 鶏卵 牛乳 パン粉 トマトケチャップ トンカツソース	明太チーズトンカツ 豚ももスライス スライスチーズ からしめんたいこ 薄力粉 鶏卵 牛乳 パン粉 白絞油 サラダナ トマトケチャップ トンカツソース			
	馬じゃが じゃがいも 鶏もも肉 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	添え物(アスパラ・なす) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 なす 食塩 こしょう オリーブ油	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	白粟のレモンしょうゆ和え はくさい にんじん みつば レモン うすくちしょうゆ みりん		
赤だし汁(あさり) あさりむき身 まきふ みつば 赤みそ だしの素	きゅうり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 わさび うすくちしょうゆ みりん	コンソメスープ(ズッキーニ・しめじ) ズッキーニ しめじ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう				
夕食	米飯 米	米飯 米	米飯 米			
	牛肉と大根の中身炒め 牛かたローススライス 大根 にんじん フロッコリー ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ サラダナ	魚のごまかば焼き 鯖 薄力粉 車糖 こいくちしょうゆ みりん 黒ごま かたくり粉	エビ団子の旨煮 海老ボール 大根 にんじん レンコン 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			
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 エダムパウダーチーズ	添え物(ほうれんそう・かつお) ほうれんそう にんじん 系かつお こいくちしょうゆ みりん	焼きナス 焼きナス おろししょうが こいくちしょうゆ みりん 系かつお				
酢の物(パンサンス) 緑豆はるさめ きゅうり にんじん 焼き豚 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ こしょう	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	すまし汁(オクラ) オクラ 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				
コンソメスープ(玉ねぎ) たまねぎ むき枝豆 コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	みそ汁(もやし・ワカメ) りよくとうもやし わかめ 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