

〇〇献立一覧表〇〇

令和3年3月【第 1 食】

| | 1(月) | 2(火) | 3(水) | 4(木) | 5(金) | 6(土) | 7(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 | 菓子パン(バター) 食パン バターブレンド | 菓子パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム | 米 米 | 菓子パン(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 | 菓子パン(明太子ソース) 明太子ソース きのこドレッシング | |
| | フルーツ(りんご・オレンジ) りんご オレンジ | 小松菜とハムコーンのソテー こまつな ローズハム にんじん コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ | 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 だし(のり) | チンゲン菜とかまぼこの煮びたし 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(のり) | アスパラのチキン炒め グリーンアスパラガス ツナ缶詰 赤ピーマン オレンジ こいくちしょうゆ ごま油 | 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 上白糖 オレンジ 洋なし缶詰 | きのこドレッシング ホウキウインナー 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 | コーヒート コーヒート コーヒート | 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト | みそ汁(厚揚げ) 厚揚げ みそ だし(のり) | 牛乳 牛乳 | フロセスターズ フロセスターズ | フルーツジュース フルーツジュース | |
| | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | |
| 昼 食 | 親子南蛮チーズトナカツ 豚ももスライス ゆずこしょう スライスチーズ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トマトケチャップ トンカツソース サラダな | 魚の蒲焼焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し 大葉 | 手作り飯らし寿司 ☆ひな祭り☆ 米 上白糖 殺物酢 食塩 高野豆腐 たけのこ にんじん だし(のり) みりん うすくちしょうゆ | 魚の親子みぞれ煮 カレー 大根おろし ゆず だし(のり) 上白糖 こいくちしょうゆ みりん さつまいも きざぎきごぼろ 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 豚肉うどん うどん 豚ももスライス 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(のり) 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | 米 米 | 米 米 | 米 米 |
| | 蕎麦精(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 | 蕎麦精 ながいも 竹輪 にんじん だし(のり) うすくちしょうゆ みりん | 蕎麦精(いんげんかか和え) いんげん 糸かつお こいくちしょうゆ | わさび和え(もやし) もやし しょうゆ にんじん にんじん たらめ グリーンアスパラガス レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 抹茶 食塩 | 和風サラダ(じゃがいも) じゃがいも にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん | 蕎麦精(レッドキャベツ) レッドキャベツ 殺物酢 上白糖 フロッキー 塩黒マヨネーズ しょうゆ | 蕎麦精(スズキニ・お魚豆腐) スズキニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 | 蕎麦精(スズキニ・お魚豆腐) スズキニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 |
| | ごま和え(胡瓜・カニカマ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ ごま うすくちしょうゆ みりん | ごま和え(胡瓜・カニカマ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ ごま うすくちしょうゆ みりん | 天ぷら エビ たらめ グリーンアスパラガス レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 抹茶 食塩 | みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ ねぎ みそ だし(のり) | りんご寒天 りんごジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム | コーンスープ クリーム たまねぎ マヨネーズ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ | コーンスープ クリーム たまねぎ マヨネーズ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ | コーンスープ クリーム たまねぎ マヨネーズ 牛乳 食塩 コンソメ パセリ |
| | コンソメスープ(ワカメ) わかめ しめじ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう | かきたま汁 鶏卵 ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) かたくり粉 | 煮つけ がんとどき 木の葉南瓜 さといも ふき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | 赤だし汁(あさり) あさりむき身 まきふ 木の芽 赤みそ だし(のり) | 三色スイーツゼリー(ひな祭りゼリー) 3色スイーツゼリー | 三色スイーツゼリー 3色スイーツゼリー | 三色スイーツゼリー 3色スイーツゼリー | 三色スイーツゼリー 3色スイーツゼリー |
| 夕 食 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | 米 米 | |
| | 鮭の野菜あんかけ 鮭 食塩 たまねぎ にんじん きぬさや えのき 上白糖 うすくちしょうゆ だし(のり) かたくり粉 | 鶏のはちみつケチャップ焼き 鶏もも肉 薄力粉 トマトケチャップ はちみつ 粒マスタード こいくちしょうゆ 蕎麦精(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 | 白身魚のけんちん焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ 合挽ミンチ にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 | 鶏のキムマヨたま焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ のりのつた煮 鶏卵 はくさいキムチ マヨネーズ パセリ 蕎麦精(スナックエンドウ) スナックエンドウ にんじん 食塩 こしょう オリーブ油 | 魚のりチーズ焼き 赤魚 酒 みりん こいくちしょうゆ のりのつた煮 マヨネーズ オクラ ごま こいくちしょうゆ みりん | 揚げ出し豆腐カニカマあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 ながいも きゅうり 大根おろし 味ぽん こいくちしょうゆ サラダな みりん だし(のり) かに風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) かたくり粉 | 揚げ出し豆腐カニカマあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 ながいも きゅうり 大根おろし 味ぽん こいくちしょうゆ サラダな みりん だし(のり) かに風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) かたくり粉 | 揚げ出し豆腐カニカマあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 ながいも きゅうり 大根おろし 味ぽん こいくちしょうゆ サラダな みりん だし(のり) かに風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) かたくり粉 |
| | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 | 蕎麦精(カリフラワー) カリフラワー 食塩 |
| | チムリ風 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 | もやし炒め りょうとうもやし にんじん ごま エビ 上白糖 こいくちしょうゆ | 焼きナスの旨みそかけ 焼きナス みそ 上白糖 みりん | 五目コンソメ煮(白菜・エビ) はくさい つきこんぱく にんじん コンソメ | みそ汁(厚揚げ・ごぼろ) 厚揚げ きざぎきごぼろ みそ だし(のり) | ニラ玉炒め 鶏卵 にら たまねぎ オリーブ油 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 | ニラ玉炒め 鶏卵 にら たまねぎ オリーブ油 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 | ニラ玉炒め 鶏卵 にら たまねぎ オリーブ油 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 |
| すまし汁(白菜) はくさい 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | すまし汁(かぼちゃ・春菊) かぼちゃ 春菊 みそ だし(のり) | すまし汁(しめじ・とろろこぶ) しめじ とろろこぶ かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | きのこスープ えのき しいたけ シャンタナ うすくちしょうゆ パセリ | みそ汁(菜の花・きつまと揚げ) 菜の花 きつまと揚げ みそ だし(のり) | みそ汁(菜の花・きつまと揚げ) 菜の花 きつまと揚げ みそ だし(のり) | みそ汁(菜の花・きつまと揚げ) 菜の花 きつまと揚げ みそ だし(のり) | すまし汁(ゆば) 湯葉 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だし(のり) | |

※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3年3月【常食】

| | 8(月) | 9(火) | 10(水) | 11(木) | 12(金) | 13(土) | 14(日) |
|----|---|---|---|--|--|--|---|
| 朝食 | 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 牛乳 牛乳 | 食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなのコンソメスープ煮 しろな はんぺん 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 | 菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン フルーツヨーグルト ヨーグルト みかん缶詰 白桃缶詰 上白糖 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳 | 食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム きのこトペーコンのソテー きのこミックス ペーコン 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 | 米飯 米 だし巻き卵 だし巻きたまご 春菊 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(さつまいも・あけ) さつまいも きざみ揚げ みそ だしの素 梅びしお 梅びしお | 菓子パン(チーズ火腿ロール) チーズ火腿ロール 野菜の焼肉のたれ炒め キャベツ 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 牛乳 | 食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなのトペーコンのソテー しろな ペーコン たまねぎ サラダ油 ガラスープ こいくちしょうゆ フルーツジュース フルーツジュース |
| | 米飯 米 鶏の西京焼き 鶏 白みそ みそ 上白糖 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 里芋と鶏肉の煮物 さといも 鶏もも肉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 きめざや すまし汁(ちやそぼ) 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 | おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり オムそば 中華麺 豚ももスライス エビ キャベツ りょうとうもやし にんじん 天かす かつお粉 サラダ油 食塩 こしょう ウスターソース トンカツソース 鶏卵 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 紅しょうが | 米飯 米 白身魚の味付け天ぷら メルルーサ 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(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 酢みそ和え きゅうり わかめ 竹輪 上白糖 みそ 穀物酢 すまし汁(小松菜・お花の豆腐) こまつな 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 キムチソースオムレツ 鶏卵 じゃがいも はくさいキムチ 合挽ミンチ シュレットチーズ サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(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 もやしとカニカマの土佐和え りょうとうもやし きゅうり かに風味かまぼこ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん コンソメスープ(ズッキーニ) ズッキーニ コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう | 米飯 米 鶏むね肉 にんじん コーン ガラスープ コンソメ 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 セロリとオクラのスープ セロリ オクラ シヤンタン うすくちしょうゆ パセリ | 米飯 米 白身魚のうぐいす焼き なます むき枝豆 みりん 白みそ みそ 上白糖 みりん 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 おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味噌 すまし汁(そうめん) そうめん ペーコン きざみ揚げ みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん | 米飯 米 鶏のチーズピカタ 鶏もも肉 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 鶏卵 添え物(オクラソテー・人参) オクラ 食塩 こしょう こいくちしょうゆ オリーブ油 にんじん 食塩 こしょう 食塩不使用バター じゃがいもの旨辛炒め(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 コンソメスープ(小松菜・しいたけ) こまつな しいたけ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ |
| | 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 だし巻き卵(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 イカリングフライ イカリングフライ 白絞油 トンカツソース サラダ油 赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ 春菊 みそ だしの素 | 米飯 米 牛肉と天福の中巻炒め 牛かたローススライス 大根 にんじん プロックロー ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ サラダ油 添え物(アスパラ・さつま芋) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 さつまいも 食塩 手作リスパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり ローズハム 食塩 こしょう マヨネーズ うすくちしょうゆ すまし汁(ふ・とろろこぶ) ふ 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 親子煮 鶏卵 鶏もも肉 にんじん 天かす なめ茸 かまぼこ ほうれんそう 上白糖 こいくちしょうゆ 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 みそ汁(大根・あけ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素 | おにぎり(しば漬け) 米 しば漬け ハイカラきのこうどん うどん 天かす なめ茸 かまぼこ ほうれんそう 上白糖 食塩 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 いとこ煮 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 みそ汁(大根・あけ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素 みそ炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ エビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 | 米飯 米 鶏の照り焼き 鰯 酒 みりん 天かす 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(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 五目煮(白菜・さつま揚げ) 白菜 はくさい つきこんにやく にんじん きざみ揚げ きめざや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(豆腐・まきふ) 豆腐 まきふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 | 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 上白糖 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 サニールタス 土佐和え(アスパラ) グリーンアスパラガス かに風味かまぼこ 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 ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ | 米飯 米 魚介の塩だれ炒め エビ イカ チンゲンサイ たまねぎ にんじん たまねぎ りょうとうもやし 黄ピーマン ごま油 塩だれ サニールタス カニシュウマイ カニシュウマイ サラダ油 みそ汁(なす・ふ) なす 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3年3月【常食】

| | 15(月) | 16(火) | 17(水) | 18(木) | 19(金) | 20(土) | 21(日) |
|----|---|---|--|---|--|--|---|
| 朝食 | 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 ローズハム コンソメ こしょう うすくちしょうゆ | ホットケーキ(チヨコソース) 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 チヨコソース オレシジ 白桃缶詰 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 | 食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード ホワイアスバラ ホワイアスバラ 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 | 食パン(バター) 食パン バターブレンド いんげんのソテー ホワイアスバラ 竹輪 たまねぎ 赤ピーマン にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 フルーツジュース フルーツジュース | 菓子パン(りんりんごパン) りんりんごパン しるなどワインナーのソテー しるな 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 野菜のポトフ風 食塩 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト | 米飯 米 里芋の煮付け さといも にんじん キャベツ 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(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素 ふりかけ(のりたま) のりたまふりかけ |
| | おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 牛トロうどん うどん 牛かたローススライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 サラダ油 長芋・コロ かまぼこ ねぎ だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん | 米飯 米 ほっかけコロッケ じゃがいも 牛すじほっかけ たまねぎ 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トンカツソース 添え物(キャベツかか和え・トマト) キャベツ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ミニトマト | 米飯 米 おでん 焼き豆腐 じゃがいも 竹輪 大根 エビ さつま揚げ ミニごぼう天 こんにやく 鶏もも肉 白絞油 うすくちしょうゆ 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 フルーツ(りんご・キウイ) りんご キウイフルーツ すまし汁(しめじ・菜の花) しめじ 菜の花 うすくちしょうゆ みりん だしの素 | かき揚げ丼 米 たまねぎ なす にんじん エビ みつば 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 白菜のレモンしょうゆ和え はくさい にんじん かいわれだいこん レモン うすくちしょうゆ みりん だしの素 オレシジゼリー オレシジゼリー すまし汁(えのき・とろろ昆布) えのき とろろ昆布 ねぎ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 | 米飯 米 魚のチリかば焼き 鱈 薄力粉 上白糖 こいくちしょうゆ みりん チリソース かたくり粉 添え物(オクラチーズ) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター シェレッドチーズ 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 こいくちしょうゆ サラダ油 みそ汁(まきふ・ワカメ) まきふ わかめ みつば みそ だしの素 | 米飯 米 ロールポーク焼肉風煮 チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん なす 食塩 エダムパウダーチーズ ツナと水菜のバスタ スバゲティ 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 オリーブ油 きざみのみり 豆腐スー 豆腐 にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ | 米飯 米 魚のバジルマヨ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ バジルペースト 上白糖 エダムパウダーチーズ 添え物(ブロッコリー・ピーナツ和え) ブロッコリー ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(ほうれん草) ほうれん草 かまぼこ 大根おろし 味噌 みそ汁(もろめん) もろめん きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素 |
| 昼食 | ソーキソウザラダ(炒り馴染り) 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 ふるふき大根 大根 うすくちしょうゆ だしの素 みそ 上白糖 みりん | ごま和え(なす) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん みそ汁(里芋・ふ) さといも まきふ みそ だしの素 | みそ汁(ほうれん草・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | みそ汁(ほうれん草・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | みそ汁(ほうれん草・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | みそ汁(ほうれん草・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | みそ汁(ほうれん草・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 |
| | 米飯 米 魚のカレーつけ焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ カレー粉 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 エビのクリーム煮 エビ グリーンアスパラガス にんじん たまねぎ 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 コンソメスープ(白菜・ベーコン) はくさい ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう パセリ | 米飯 米 えび玉(中華) 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ サラダ油 かたくり粉 紅しょうが 小籠包 小籠包 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 | 米飯 米 白身魚のソース焼き なまず 食塩 こしょう トンカツソース 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ 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 王佐和え(胡瓜・きざみ) 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(かぼちゃ・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | 米飯 米 豚肉と大根の和風炒め 豚ももスライス 大根 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 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 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 みりん 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 トウバンジャン 厚揚げ レンコン きぬさや みそ だしの素 | 米飯 米 クリームシチュー(鱈) 豚もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー クリームシチューの素 牛乳 鶏卵 食塩 ほうれん草 はくさい 錦糸卵 にんじん うすくちしょうゆ みりん フルーツポンチ かかん缶詰 バインアップ缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ | 米飯 米 白身魚のおかかバター焼き カラスカレイ 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(もやしごまあえ) はくさい にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん そぼろあんかけ(南瓜) かぼちゃ うすくちしょうゆ だしの素 鶏ひき肉 グリーンピース 車糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 みそ汁(小松菜・お花の豆腐) こまつな お花のとうふ みそ だしの素 | 米飯 米 けんちんむし卵 鶏卵 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ いんげん 糸かつお おろししょうが こいくちしょうゆ みりん ミニトマト きんぴらごぼう さきかきごぼう 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 すまし汁(エリンギ・ハンペン) エリンギ はんぺん みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 |
| 夕食 | 米飯 米 魚のカレーつけ焼き 鯖 酒 みりん こいくちしょうゆ カレー粉 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 エビのクリーム煮 エビ グリーンアスパラガス にんじん たまねぎ 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 コンソメスープ(白菜・ベーコン) はくさい ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう パセリ | 米飯 米 えび玉(中華) 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ エビ たまねぎ たけのこ にんじん グリーンピース ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ サラダ油 かたくり粉 紅しょうが 小籠包 小籠包 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 | 米飯 米 白身魚のソース焼き なまず 食塩 こしょう トンカツソース 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ 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 王佐和え(胡瓜・きざみ) 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(かぼちゃ・あけ) かぼちゃ きざみ揚げ みつば みそ だしの素 | 米飯 米 豚肉と大根の和風炒め 豚ももスライス 大根 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 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 上白糖 こいくちしょうゆ オリーブ油 みりん 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 トウバンジャン 厚揚げ レンコン きぬさや みそ だしの素 | 米飯 米 クリームシチュー(鱈) 豚もも肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー クリームシチューの素 牛乳 鶏卵 食塩 ほうれん草 はくさい 錦糸卵 にんじん うすくちしょうゆ みりん フルーツポンチ かかん缶詰 バインアップ缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ | 米飯 米 白身魚のおかかバター焼き カラスカレイ 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(もやしごまあえ) はくさい にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん そぼろあんかけ(南瓜) かぼちゃ うすくちしょうゆ だしの素 鶏ひき肉 グリーンピース 車糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 みそ汁(小松菜・お花の豆腐) こまつな お花のとうふ みそ だしの素 | 米飯 米 けんちんむし卵 鶏卵 鶏ひき肉 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ いんげん 糸かつお おろししょうが こいくちしょうゆ みりん ミニトマト きんぴらごぼう さきかきごぼう 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 すまし汁(エリンギ・ハンペン) エリンギ はんぺん みつば 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3年3月〔常食〕

| | 22(月) | 23(火) | 24(水) | 25(木) | 26(金) | 27(土) | 28(日) |
|----|---|--|--|--|---|--|---|
| 朝食 | 菓子パン(バームパン) バームパン フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳 牛乳 | 食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム 野菜の塩だれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ 青ピーマン サラダ油 塩たれ 牛乳 牛乳 | 食パン(バター) 食パン バターブレンド じゃがいものスープ煮 じゃがいも たまねぎ 竹輪 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 | 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 しるなのガーリックソテー しるな 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 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 ほうれん草とツナのバターソテー ほうれん草 たまねぎ にんじん ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド 牛乳 牛乳 | 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 のり佃煮 のりのつくだ煮 | 菓子パン(ピープロックパン) ピープロックパン 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 こいくちしょうゆ 牛乳 牛乳 |
| | 米飯 米 豚肉のインド風焼肉 豚ももスライス たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケチャップ カレー粉 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 サラダ油 | 米飯 米 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 添え物(アスパラソテー) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ほうれん草の菜種和え ほうれん草 にんじん 鶏卵 こいくちしょうゆ みりん ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ | ミニチャーハン 米 ローズハム 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 ちゃんぽんめん 中華麺 豚ももスライス キャベツ かまぼこ にんじん エビ りよくとうもやし きぬさや 白湯ラーメンスープ 大焼売 大焼売 味ぽん チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ | 米飯 米 白身魚のそぼろやき なます 食塩 こしょう 合挽ミンチ ほうれん草 にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 シユレッドチーズ 添え物(ホワイトアスパラ甘辛ソテー) ホワイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 マカロニのクリーム煮 マカロニ ローズハム プロックリー にんじん 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 コンソメスープ(エリンギ・かまぼこ) エリンギ かまぼこ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ | 米飯 米 鶏のから揚げ明太ソースかけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが かたくり粉 白絞油 のさわな漬け からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 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 三色ナムス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 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 米飯 米 水餃子風 餃子 エビ はくさい にんじん りよくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス 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 フルーツ(りんご・いちご) りんご いちご | 米飯 米 エビのサラダ エビ りよくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル和風ドレッシング なすと小柱の煮物 なす 小柱 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 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 みそ だしの素 | 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 むぎ枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 春雨とカニカマの炒め物 緑豆はるさめ かに風味かまぼこ たまねぎ にんじん 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 |
| 昼食 | 米飯 米 豚肉のインド風焼肉 豚ももスライス たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケチャップ カレー粉 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 サラダ油 | 米飯 米 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 添え物(アスパラソテー) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ほうれん草の菜種和え ほうれん草 にんじん 鶏卵 こいくちしょうゆ みりん ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ | ミニチャーハン 米 ローズハム 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 ちゃんぽんめん 中華麺 豚ももスライス キャベツ かまぼこ にんじん エビ りよくとうもやし きぬさや 白湯ラーメンスープ 大焼売 大焼売 味ぽん チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ | 米飯 米 白身魚のそぼろやき なます 食塩 こしょう 合挽ミンチ ほうれん草 にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 シユレッドチーズ 添え物(ホワイトアスパラ甘辛ソテー) ホワイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 マカロニのクリーム煮 マカロニ ローズハム プロックリー にんじん 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 コンソメスープ(エリンギ・かまぼこ) エリンギ かまぼこ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ | 米飯 米 鶏のから揚げ明太ソースかけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが かたくり粉 白絞油 のさわな漬け からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 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 三色ナムス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 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 米飯 米 水餃子風 餃子 エビ はくさい にんじん りよくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス 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 フルーツ(りんご・いちご) りんご いちご | 米飯 米 エビのサラダ エビ りよくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル和風ドレッシング なすと小柱の煮物 なす 小柱 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 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 みそ だしの素 | 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 むぎ枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 春雨とカニカマの炒め物 緑豆はるさめ かに風味かまぼこ たまねぎ にんじん 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 豚肉のインド風焼肉 豚ももスライス たまねぎ にんじん 青ピーマン トマトケチャップ カレー粉 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 サラダ油 | 米飯 米 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 添え物(アスパラソテー) グリーンアスパラガス 食塩 こしょう サラダ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター ほうれん草の菜種和え ほうれん草 にんじん 鶏卵 こいくちしょうゆ みりん ワカメスープ わかめ にんじん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ | ミニチャーハン 米 ローズハム 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 ちゃんぽんめん 中華麺 豚ももスライス キャベツ かまぼこ にんじん エビ りよくとうもやし きぬさや 白湯ラーメンスープ 大焼売 大焼売 味ぽん チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ | 米飯 米 白身魚のそぼろやき なます 食塩 こしょう 合挽ミンチ ほうれん草 にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 シユレッドチーズ 添え物(ホワイトアスパラ甘辛ソテー) ホワイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 マカロニのクリーム煮 マカロニ ローズハム プロックリー にんじん 食塩 こしょう サラダ油 クリームシチューの素 牛乳 コンソメスープ(エリンギ・かまぼこ) エリンギ かまぼこ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ | 米飯 米 鶏のから揚げ明太ソースかけ 鶏もも肉 酒 おろししょうが かたくり粉 白絞油 のさわな漬け からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 かたくり粉 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 三色ナムス 大根 にんじん かいわれだいこん 穀物酢 上白糖 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 米飯 米 水餃子風 餃子 エビ はくさい にんじん りよくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス 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 フルーツ(りんご・いちご) りんご いちご | 米飯 米 エビのサラダ エビ りよくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル和風ドレッシング なすと小柱の煮物 なす 小柱 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 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 みそ だしの素 | 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 むぎ枝豆 だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 春雨とカニカマの炒め物 緑豆はるさめ かに風味かまぼこ たまねぎ にんじん 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 |
| 夕食 | おにぎり(塩昆布) 米 塩昆布 とり天そば 和そば 鶏むね肉 食塩 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ みずな 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 胡瓜と焼き豚のわさび和え 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 豆腐の卵あんかけ 絹ごし豆腐 鶏卵 みつば 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 | 米飯 米 魚の韓国風煮 鯖 おろししょうが コチュジャン 上白糖 ささがきごぼう こいくちしょうゆ みりん 酒 だしの素 ごま油 がんもどき きゆ塩 さといも 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 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 みりん グリーンピース サラダ油 すまし汁(えのき・春菊) えのき 春菊 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 食塩 にんじん ささがきごぼう レンコン みつば 金山寺みそ 上白糖 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩 こしょう カレー粉 食塩不使用バター トマト 切り干し大根煮物 切り干しだいこん 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(厚揚げ) 厚揚げ 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 | ほっかけ餅弁 米 鶏卵 牛すじほっかけ こまつな にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ きざみのり ごま和え(白菜) はくさい にんじん きゅうり 竹輪 ごま うすくちしょうゆ ふぎとさつまあげの煮物 ふぎ 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(豆腐) 絹ごし豆腐 わかめ みつば 赤みそ だしの素 | 米飯 米 水餃子風 餃子 エビ はくさい にんじん りよくとうもやし チンゲンサイ シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ ピーナツ和え(アスパラ) グリーンアスパラガス 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 フルーツ(りんご・いちご) りんご いちご | 米飯 米 魚のバターみそ照り焼き ホキ みそ エビ はくさい にんじん 酒 みりん 食塩不使用バター 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 豆腐ソテー ほうれん草 絹ごし豆腐 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 すまし汁(ちやそば・生ふ) 茶そば 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 穴子の炊き込みごはん 米 あなご 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 冷しゃぶ風(牛) 牛かたろースライス レタス 赤ピーマン 味ぽん 茶碗蒸し 鶏卵 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 鶏もも肉 ゆりね かまぼこ みつば すまし汁(春菊・お花の豆腐) 春菊 お花の豆腐 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3年3月【常食】

| | 29(月) | 30(火) | 31(水) | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|
| 朝食 | 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 | 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(里芋・あげ) さといも さざみ揚げ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだ煮 | 菓子パン(メロンパン) メロンパン 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 オレンジジュース オレンジジュース | | | |
| | ヨーグルト ヨーグルト | | | | | |
| | 紅茶(ストレート) 紅茶 グラニュー糖 | | | | | |
| 昼食 | 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 マカロニグラタン マカロニ 鶏もも肉 たまねぎ エビ にんじん マッシュルーム水煮 食塩 こしょう サラダ油 ほうれんそう 薄力粉 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パン粉 エダムパウダーチーズ イカと大根のサラダ イカ 大根 きゅうり トマト ノンオイル青じそドレッシング りんごジュース りんごジュース | 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 サラダな 添え物(キャベツソテー・粉ふき芋) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう サラダ油 じゃがいも 食塩 こしょう あおのり わさび和え(小松菜) こまつな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・厚揚げ) 絹厚揚げ グリーンアスパラガス 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(いんげんごま和え) いんげん ごま 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 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 きぬさや コンソメスープ(ズッキーニ) ズッキーニ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| 夕食 | 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 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 サラダな 添え物(ホワイトアスパラ) ホワイトアスパラ 食塩 こしょう オリーブ油 ブロッコリー 食塩 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 しろな 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん みそ汁(もやし・さつま揚げ) りよくともやし さつま揚げ ねぎ みそ だしの素 | 米飯 米 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 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 みりん トマト 酢の物(パンサンス) 緑豆ほろさめ 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 ごま油 すまし汁(そうめん・生ふ) そうめん 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 しそつくねバーグ 鶏ひき肉 たまねぎ 大葉 パン粉 鶏卵 牛乳 牛乳 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(春菊辛し和え) 春菊 からし こいくちしょうゆ みりん お魚豆腐 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 すまし汁(エリンギ・どろろ昆布) エリンギ 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 | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |

※都合により献立を変更することがあります