

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和3年 10月【常食】

				1(金)		2(土)		3(日)	
朝食				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	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム			
				フルーツポンチ みかん缶詰 パイ缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ	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	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 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ			
昼食				コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	牛乳 牛乳			
				おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素	米飯 米	米飯 米			
				ぼっかけトロロうどん うどん 牛すじぼかけ 長芋トロロ かまぼこ ほうれんそう ねぎ だし 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん	鶏の漬け粟焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 のさわな漬け ごま油 ごま	鮭の梅マヨか焼 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ 梅干し 糸かつお			
				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	添え物(ズッキーニ・さつま芋) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも	添え物(小松菜) こまつな にんじん こいくちしょうゆ みりん			
			ささみサラダ きゅうり にんじん ささ身 ロースハム 食塩 こしょう マヨネーズ	中華風酢の物 チンゲンサイ にんじん エビ りよくとうもやし 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 トウバンジャン	五目煮(白菜・カニカマ) ほうさい 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(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ きぬさや みそ だしの素	みそ汁(かぼちゃ・ふ) かぼちゃ まきふ ねぎ みそ だしの素				
夕食				米飯 米	米飯 米	米飯 米			
				うすちバーグ 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 牛乳 食塩 こしょう うすち卵 上白糖 みりん かたくり粉	白身魚のデミチーズ焼き なます 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	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 サラダな			
				添え物(インゲン・グラッセ) いんげん こいくちしょうゆ みりん にんじん 上白糖 食塩不使用バター	添え物(ブロッコリーソテー) ブロッコリー 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油	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 シュレッドチーズ じゃがいも 食塩 こしょう			
				もやしとカニカマの土佐和え りよくとうもやし きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ごま油	和風パスタ(ベーコン醤油味) スパゲティ ベーコン たまねぎ ほうれんそう 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター きざみのり	しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん			
				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	中身スープ(春菊・卵) 春菊 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 パセリ	コーンスープ クリームコーン たまねぎ 牛乳 食塩 コンソメ 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3年10月【第1食】

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)	
朝食	菓子パン(おひものクリームパン) おひものクリームパン 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 ローズハム にんじん たまねぎ ベーコン 塩だれ ごま油 牛乳	菓子パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム 野菜のポトフ風 キャベツ にんじん ローズハム たまねぎ ベーコン コンソメ 食塩 こしょう	菓子パン(バター) 食パン バターブレンド きのこウインナーのソテー 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	菓子パン(ピーフロッケパン) ピーフロッケパン 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 コン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油	米飯 米 星芋の煮付け さといも にんじん しいたけ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん	菓子パン(バター) 食パン バターブレンド アズ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	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール カリフラワーのコンソメ煮 カリフラワー グリーンアスパラガス スナックエンドウ にんじん ベーコン コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	菓子パン(フルーツジュース) フルーツジュース まろやかフルーツジュース
	米飯 米 鶏のほ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	米飯 米 明太ポテトオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん からしめんたいこ シュレッドチーズ サラダ油 トマトケチャップ グリーンアスパラガス	米飯 米 サンマ きゅうり ごま 大葉 食塩 紅しょうが	ミニピラフ 米 にんじん コン たまねぎ 鶏もも肉 グリーンピース ガラスープ 薄力粉 うすくちしょうゆ	米飯 米 豚の金山寺みそ巻きフライ 豚ももスライス にんじん グリーンアスパラガス 金山寺みそ 上白糖 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 トンカツソース	米飯 米 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	米飯 米 鶏のそぼろやき 鶏もも肉 食塩 こしょう 合挽ミンチ こまつな にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 シュレッドチーズ	米飯 米 鶏のそぼろやき 鶏もも肉 食塩 こしょう 合挽ミンチ こまつな にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 シュレッドチーズ
昼食	添え物(アズパ・カリフラワー) グリーンアスパラガス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 カリフラワー 上白糖 殺物酢	添え物(ブロッコリー・ハム) ブロッコリー ローズハム コールスロートレッシング	肉団子と白菜の旨煮 ミートボール はくさい 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	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 りょくとうもやし きぬさや 白湯ラーメンスープ	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	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	添え物(アズパ・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	添え物(アズパ・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
	中華風ソテー しるな にんじん 花咲イカ ガラスープ コンソメ こいくちしょうゆ ごま油	なすとピーマンのみそ炒め なす 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 鶏ひき肉 上白糖 みそ こいくちしょうゆ サラダ油	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	餃子 餃子 しるな 味ぽん	まさご和え(白菜) はくさい からしめんたいこ 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 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	みそ汁(厚揚げ・小松菜) 厚揚げ みつば みそ 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 ローズハム なめ茸 こいくちしょうゆ
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	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	すまし汁(しるな・人参) しるな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	みかん寒天 みかんジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	すまし汁(えのき・とろろ昆布) えのき 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	すまし汁(えのき・とろろ昆布) えのき 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	みそ汁(厚揚げ・小松菜) 厚揚げ みつば みそ だしの素	みそ汁(もやし・さつま揚げ) りょくとうもやし さつま揚げ ねぎ みそ だしの素	
米飯 米 白身魚のしゃぶしゃぶ風 たら 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 えのきたけ 海老ボール 大根おろし 味ぽん	米飯 米 豚肉の中華マリネ風 豚ももスライス きゅうり にんじん りょくとうもやし 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油	米飯 米 八幡巻き 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	米飯 米 鮭のオーロラタマ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 食塩 こしょう マヨネーズ トマトケチャップ	米飯 米 魚介の中華炒め エビ イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りょくとうもやし 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 サニーレタス	牛肉ときのこの混ぜご飯 米 牛かたローススライス えのき 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが 鶏卵 ほうれんそう 紅しょうが	オムそばめし 卵シート 米 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 天かす かつお粉 ウスターソース トンカツソース トマトケチャップ 紅しょうが	オムそばめし 卵シート 米 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 天かす かつお粉 ウスターソース トンカツソース トマトケチャップ 紅しょうが	
オレンジゼリー オレンジゼリー	添え物(ふぎ・お魚豆腐) ふぎ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 お魚豆腐	添え物(アズパ・南瓜) グリーンアスパラガス にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん	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	焼きナスのそぼろあんかけ 焼きナス 鶏ひき肉 むき枝豆 だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉	エビしゃが じゃがいも 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	オクラと煮いもの梅和え オクラ ながいも 梅干し 上白糖 みりん きゅうり ローズハム	オクラと煮いもの梅和え オクラ ながいも 梅干し 上白糖 みりん きゅうり ローズハム	
みそ汁(星芋・キヌサヤ) さといも きぬさや みそ だしの素	オムレツクリームソースかけ オムレツ 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	わさび和え(もやし) りょくとうもやし にんじん かに風味かまぼこ 焼き豚 かいわれだいこん わさび うすくちしょうゆ	酢の物(ワカメ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ	焼きナスのそぼろあんかけ 焼きナス 鶏ひき肉 むき枝豆 だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉	エビしゃが じゃがいも 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	オムレツクリームソースかけ オムレツ 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	オムレツクリームソースかけ オムレツ 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	
	みそ汁(小松菜・あげ) こまつな きざみ揚げ みそ だしの素	みそ汁(チンゲン菜・エリンギ) チンゲンサイ エリンギ みそ だしの素	みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ 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	みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ 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	みそ汁(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	みそ汁(小松菜・あげ) こまつな きざみ揚げ みそ だしの素	みそ汁(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	

※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 10月【常食】

	11(月)	12(火)	13(水)	14(木)	15(金)	16(土)	17(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド しるなどウインナーのソテー しるな ポークウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	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 洋なし缶詰 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	菓子パン(メロンパン) メロンパン きのこベーコンのソテー 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 りんごジュース りんごジュース	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド 野菜の塩だれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ みりん 青ピーマン サラダ油 塩たれ 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) さつまいも むき枝豆 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 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 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳
	米飯 米 白身魚のけんちん焼き ホキ 食塩 木綿豆腐 鶏ひき肉 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 添え物(フキ) ふき 糸かつお うすくちしょうゆ みりん じゃがいもの金平(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 七味 みそ汁(アスパラ・お花の豆腐) お花のとうふ グリーンアスパラガス みそ だしの素	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 牛おろしうどん 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 大根おろし 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 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 きぬさや はんぺんのピザ風焼き はんぺん 食塩 こしょう ピザソース シュレッドチーズ ペーコン パセリ サラダな	米飯 米 ほっかけカレーコロッケ じゃがいも 牛すじほっかけ たまねぎ カレー粉 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 わさび和え(白菜) はくさい かに風味かまぼこ かわいわけだいこん わさび うすくちしょうゆ みりん 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 白身魚のみそ煮 カレイ みそ 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 ながいも がんとどき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞれ和え(ほうれん草・ツナ) ほうれん草 にんじん ツナ缶詰 大根おろし 味ぽん すまし汁(ちやそは) 茶そば きざみ揚げ きざみのり えのき 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 照り焼き豆腐バーグ 絹ごし豆腐 合挽ミンチ にんじん 食塩 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(チンゲン菜かか和え) チンゲンサイ 糸かつお こいくちしょうゆ みりん カリフラワー コールスロードレッシング ひじきの五目煮 ひじき さつま揚げ 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 みそ汁(なす・あげ) なす きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 松茸ご飯 まつたけ きざみ揚げ にんじん 食塩 うすくちしょうゆ 酒 だしの素 魚の塩焼き サンマ ささがきごぼう 大根おろし こいくちしょうゆ すだち じゃがいものそぼろ煮 じゃがいも 鶏ひき肉 サラダ油 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 かたくり粉 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	米飯 米 クリームシチュー(鶏) 鶏もも肉 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 ごぼうサラダ 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 フルーツ(柿・洋梨缶) かき 洋なし缶詰
昼食	米飯 米 豚肉と大根の中身炒め 豚ももスライス 大根 にんじん ブロッコリー ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ 添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド トマトケチャップ 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 サラダな はるさめスープ 緑豆はるさめ にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 フーヨーハイ(中華) 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かに かに風味かまぼこ 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 かたくり粉 紅しょうが 大焼売 味ぽん サラダな 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 鮭の和風香りやき 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ きざみのり 糸かつお 食塩不使用バター 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 みそ汁(しるな) しるな きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の辛子炒め 豚ももスライス いんげん にんじん りよくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし 味ぽん サラダな 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 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 こいくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう みそ だしの素	米飯 米 魚のから揚げみぞれ和え たら 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 大根おろし 味ぽん サニーレタス 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 ミニトマト ごま和え(胡瓜・さきみ) きゅうり にんじん さき身 ごま うすくちしょうゆ みりん すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚肉の五目煮 豚ももスライス にんじん しらたき はくさい きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 満豆腐 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 すまし汁(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ きゅうり とろろ昆布 かわいわけだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚介の塩だれ炒め エビ イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りよくとうもやし 黄ピーマン ごま油 塩たれ サニーレタス 小籠包 小籠包 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 ロースハム コンソメ うすくちしょうゆ
	米飯 米 豚肉と大根の中身炒め 豚ももスライス 大根 にんじん ブロッコリー ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ 添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド トマトケチャップ 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 サラダな はるさめスープ 緑豆はるさめ にんじん きぬさや コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 フーヨーハイ(中華) 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かに かに風味かまぼこ 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 かたくり粉 紅しょうが 大焼売 味ぽん サラダな 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 鮭の和風香りやき 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ きざみのり 糸かつお 食塩不使用バター 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 みそ汁(しるな) しるな きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の辛子炒め 豚ももスライス いんげん にんじん りよくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし 味ぽん サラダな 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 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 こいくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう みそ だしの素	米飯 米 魚のから揚げみぞれ和え たら 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 大根おろし 味ぽん サニーレタス 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 ミニトマト ごま和え(胡瓜・さきみ) きゅうり にんじん さき身 ごま うすくちしょうゆ みりん すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚肉の五目煮 豚ももスライス にんじん しらたき はくさい きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 満豆腐 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 すまし汁(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ きゅうり とろろ昆布 かわいわけだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚介の塩だれ炒め エビ イカ チンゲンサイ にんじん たまねぎ りよくとうもやし 黄ピーマン ごま油 塩たれ サニーレタス 小籠包 小籠包 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 ロースハム 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3年10月【常食】

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド スクランブルエッグ 鶏卵 牛乳 コンソメ トマトケチャップ サニールタス フルーツジュース まるやかフルーツジュース	菓子パン(シャーマンペーコンポテトパン) ジャーマンペーコンポテトパン フルーツ(キウイ・黄桃缶) キウイフルーツ 黄桃缶詰 牛乳 牛乳	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム 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 飲むヨーグルト 飲みヨーグルト	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 キャベツ たまねぎ たまねぎ 赤ピーマン ローズハム サラダ油 こいくちしょうゆ オレロ 牛乳 牛乳	菓子パン(明太チーズコッペパン) 明太チーズコッペパン しろなとベーコンのソテー しろな 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 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド いんげんのソテー いんげん たまねぎ たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ だし オリーブ油 牛乳 牛乳	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(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
	米飯 米 牛肉と水菜の和風焼き 牛かたローススライス みずな にんじん 黄ピーマン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん サラダ油 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 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも カレー粉 切り干し大根煮物 切り干しだいこん にんじん きざみ揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みぞ汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 ふ みそ だしの素	米飯 米 白身魚の裏わり衣フライ メルルーサ 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 エダムパウダーチーズ 動物性生クリーム 白絞油 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 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 わさび和え(しろな) しろな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん 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 クリーム煮込みハンバーグ 合挽ミンチ たまねぎ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ クリームシチューの素 動物性生クリーム 添え物(ブロッコリー) ブロッコリー 食塩 にんじん 食塩 こしょう 食塩不使用バター イカのサザダ 花咲イカ りょうとうもやし きゅうり トマト ノンオイル青じそドレッシング 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 鮭のすだち香り焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ すだち 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 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 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(かぼちゃ・あげ) かぼちゃ きざみ揚げ かいわれだいこん みそ だしの素	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 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ レドキャベツ 穀物酢 上白糖 ミニトマト ごまみそ和え さいとも 春菊 みそ 上白糖 みりん ごま かきたま汁 鶏卵 ふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり 親子そば 和そば 鶏もも肉 たまねぎ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みりん 鶏卵 だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん 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 すまし汁(粟の花・人参) 粟の花 にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	
	米飯 米 魚のタルタルチーズ焼き 鰯 食塩 こしょう 薄力粉 タルタルソース シュレッドチーズ 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 こいくちしょうゆ ピリ辛炒め(小松菜) こまつな 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 きのごスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	しは漬けご飯 米 しは漬け 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 エビ なると ほうれん草 にんじん 中華糖 ピーチゼリー ピーチゼリー 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	柳川風弁 米 鶏卵 あなご ささがきごぼう たまねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 きざみのり 明太あんかけ(大根) 大根 うすくちしょうゆ だしの素 からしめんたいこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 コンポート りんご 上白糖 ミントの葉 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	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ とり天どん うどん 鶏むね肉 食塩 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ ほうれん草 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 手作り豚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 ごま油 かたくり粉 おろし和え(厚揚げ) 厚揚げ 大根おろし きゅうり 味ぼん	米飯 米 魚のねぎマヨ焼き 鰯 餅 食塩 こしょう 薄力粉 マヨネーズ ねぎ 添え物(アスパラごまあえ) グリーンアスパラガス ごま こいくちしょうゆ みりん イカとズッキーニの中草炒め ズッキーニ イカ 食塩 こしょう ガラスープ うすくちしょうゆ ごま油 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 セロリのスープ(ハム・コーン) セロリ ロースハム コーン コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 肉団子のトマトクリーム煮 ミートボール 牛かたローススライス ほうれん草 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 サニールタス もやし炒め りょうとうもやし にんじん にら 豚ももスライス 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 みぞ汁(アスパラ・えのき) グリーンアスパラガス えのき 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10月【常食】

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)	
朝食	食パン(バター) 食パン バターブレンド ほうれん草とハムのバターソテー ほうれんそう にんじん ロースハム おろしにんにく こいくちしょうゆ バターブレンド	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	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこ卵のソテー 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	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 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	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム しろなのガーリックソテー しろな 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	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 黄桃缶詰 洋なし缶詰	米飯 米 だし巻きたまご こまつな こいくちしょうゆ みりん みぞ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ みそ だしの素 梅びしお	
	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	フルーツジュース まろやかフルーツジュース	牛乳 牛乳	ヨーグルト ヨーグルト 紅茶 グラニュー糖	梅びしお 梅びしお	
	栗ご飯 ☆秋の行楽弁当☆ 米 もち米 栗 食塩 酒 天ぷら エビ 開きキス なす レンコン 薄力粉 鶏卵 白絞油 抹茶 食塩	米飯 米 鶏のもも肉 大根おろし はくさいキムチ 上白糖 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉 サラダ油 添え物(いんげん・南瓜) いんげん 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミートソースバゲティ スバゲティ 食塩不使用バター ミートソース エダムパウダーチーズ もやしスープ りよくとうもろやし ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 魚のどり辛みそ焼き 鰯 みそ 上白糖 コチュジャン 酒 添え物(スナップエンドウ) スナップエンドウ 赤ピーマン 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 すまし汁(ちやそば・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	米飯 米 鶏のぼっかけポテト焼き 鶏もも肉 食塩 じゃがいも 牛すじぼかけ 食塩 こしょう マヨネーズ パセリ 添え物(ホワイトアスパラ・グラッセ) ホワイトアスパラ 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 白菜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 みぞ汁(チンゲン菜・お花の豆腐) チンゲンサイ お花の豆腐 みそ だしの素	貝柱とめじの炊き込みご飯 米 しめじ ほたてがよい貝柱水煮缶詰 にんじん きざみ揚げ 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 むき枝豆 手まりむし 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 食塩 こいくちしょうゆ おろししょうが 鶏糸卵 サラダ油 里芋とさつま揚げの煮物 さといも 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 赤だし汁(春菊) 春菊 まきふ 赤みそ だしの素	米飯 米 ピフカツオーロラソースかけ 牛かたローススライス 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 マヨネーズ トマケチャップ 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 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 中華スープ(オクラ・ほんべん) オクラ ほんべん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 きつねうどん うどん 油揚げ パン粉 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん かまぼこ 鶏糸卵 ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 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 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉 おぼけまんじゅう ☆ハロウィン☆ おぼけまんじゅう	
	ローストビーフ ローストビーフ フロッキー 味ぽん サラダ油 赤だし汁(なめこ) なめこ わかめ みつば 赤みそ だしの素 山紅葉まんじゅう 山紅葉まんじゅう							
米飯 米 魚の西京焼き 鰯 白みそ みそ 上白糖 添え物(白菜・かつおわさび) はくさい にんじん 糸かつお うすくちしょうゆ わさび みりん 五目煮(しろな) しろな しめじ にんじん きざみ揚げ 竹輪 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 すまし汁(そうめん) そうめん さつま揚げ かいわれだいこん だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 魚の照り焼き 鰯 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 春菊 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(オクラこまあえ) オクラ こま こいくちしょうゆ みりん レンコンとエビ団子の煮付け レンコン 海老ボール こんにやく 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 みぞ汁(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素	米飯 米 揚げ出し豆腐そぼろあんかけ 鰯 揚げ出し豆腐 白絞油 たけのこ 木の葉南瓜 春菊 にんじん だしの素 うすくちしょうゆ みりん 鶏ひき肉 上白糖 きめきや うすくちしょうゆ みりん かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 酢の物(ワカメ) きゅうり わかめ しらす 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みりん みぞ汁(なす・ふ) なす ふ ねぎ みそ 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 うすくちしょうゆ みりん 添え物(小松菜・カーンマ) こまつな かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ みりん 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 コールスロードレッシング ささがきごぼう にんじん 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 豚と厚揚げの煮付け 豚ももスライス 酒 おろししょうが 絹厚揚げ 大根 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ みりん ほうれん草のかりかり和え ほうれん草 にんじん ペーコン こいくちしょうゆ みりん すまし汁(白菜) はくさい わかめ 食塩 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 魚の中巻風つけ焼き メバル 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれん草 トウバンジャン 添え物(ズッキーニ) ズッキーニ 食塩 だしの素 カレー粉 オリーブ油 さつま芋のバター醤油炒め さつま芋 しめじ にんじん ペーコン 食塩不使用バター うすくちしょうゆ グリーンピース すいどん汁 はくさい きざみ揚げ 薄力粉 ねぎ コンソメ だしの素	米飯 米 鶏のマヨネーズ焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ ほうれん草 にんじん マヨネーズ 添え物(もやし・青ピーマン) りよくとうもろやし 青ピーマン 食塩 オリーブ油 こしょう オリーブ油 お魚豆腐 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 ワカメスープ わかめ コーン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ハロウィンまんじゅう ☆ハロウィン☆ かぼちゃランタン		

※都合により献立を変更することがあります