

〇〇献立一覧表〇〇

令和4年2月〔常食〕

	1(火)	2(水)	3(木)	4(金)	5(土)	6(日)
朝食	菓子パン(メロンパン) メロンパン きのこペーストコンのソデー 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	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム 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	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デー 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	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	食パン(バター) 食パン バターブレンド アズメ/パウダのシーチキン炒め 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	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 コーヒー牛乳 コーヒー牛乳
	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	りんごジュース りんごジュース	みそ汁(なす・ふ) なす ふ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだけ煮	牛乳 牛乳	
昼食	米飯 米 鮭の和風香り焼き 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	米飯 米 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 サラダ油 トンカツソース	肉巻き寿司 ☆節分☆ 米 巻きのり リーフレタス きゅうり 厚焼きたまご はくさい にんじん たまねぎ かまぼこ 上白糖 穀物酢 食塩	中華風あんかけそば 中華麺 ごま油 豚ばらスライス エビ チンゲンサイ はくさい にんじん たまねぎ かまぼこ きぬぎや うずら卵水煮 ごま油 ジャンタン コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉	米飯 米 鶏のみそマヨ焼き 鶏もも肉 みそ マヨネーズ バセリ 添え物(インゲン・さつまいも) いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 さつまいも	米飯 米 牛肉と大根の中華炒め 牛かたローススライス 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 サラダ油
	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	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 トマト	いわし煮つけ(梅醤油) いわし煮付け サラダ油 かたくり粉	カニシューマイ カニシューマイ コンソメスープ(カリフラワー) カリフラワー ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	白薬と鰯系卵の和え物 はくさい にんじん ながいも 鰯系卵 うすくちしょうゆ みりん	添え物(オクラソース・長芋) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター ながいも 食塩 こしょう
大根のそぼろ煮 大根 鶏ひき肉 サラダ油 むぎ枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 こいくちしょうゆ かたくり粉	百辛炒め(しろな) しろな 赤ピーマン イカ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油	節分和菓子 赤鬼饅頭 甘納豆	バナナヨーグルト プレーンヨーグルト バナナ 上白糖 ストロベリーソース	ずまし汁(菜の花・ふ) 菜の花 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	もやし炒め(ウインナー) りょくとうもやし にんじん にら ポークウインナー 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油	
みそ汁(星芋・あげ) さといも きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	みそ汁(白菜) はくさい にんじん ねぎ みそ だしの素				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 バセリ	
夕食	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	米飯 米 白身魚の薬種焼き カラスカレイ みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 みそ 上白糖 酒 みりん	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 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉	米飯 米 魚のバルサミコ焼き なます 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 エダムパウダーチーズ	ひじきの炊き込みご飯 米 米 ひじき にんじん 小柱(イタヤ貝) きざみ揚げ むぎ枝豆 食塩 うすくちしょうゆ だしの素 あおのり	米飯 米 魚のマスタードパン粉焼き 鰯 食塩 こしょう マヨネーズ 粒マスタード パン粉 エダムパウダーチーズ あおのり
	添え物(アスパラ・カレーマッシュ) 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 カレー粉	添え物(響菊わさび和え) 響菊冷凍 わさび こいくちしょうゆ みりん	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 食塩	添え物(ふきソデー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油	魚の塩焼き 鯖 食塩 大根おろし こいくちしょうゆ	添え物(ホワイトアスパラ甘辛ソデー) ホワイトアスパラ 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油
ブロッコリーの洋風ごま和え ブロッコリー にんじん エビ 食塩 こしょう 焙煎ゴマドレッシング	豆腐のそぼろあんかけ 絹ごし豆腐 合挽ミンチ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かたくり粉	もやしと竹輪の辛し和え りょくとうもやし にんじん 竹輪 うすくちしょうゆ からし みりん	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	イカリングフライ イカリングフライ にんじん 白絞油 トンカツソース サラダ油	しろなのなめ茸和え しろな にんじん かに風味かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ	
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	ずまし汁(ちやそぼ) 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	ずまし汁(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	みそ汁(厚揚げ・ほうれん草) 厚揚げ ほうれん草 みそ だしの素	みそ汁(かぼちゃ・ベーコン) かぼちゃ ベーコン 食塩 みそ だしの素	みそ汁(白菜・肉団子) はくさい きざみ揚げ ミートボール ねぎ みそ だしの素	
		きな粉ボーロ福豆 きな粉ボーロ福豆				

※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4年 2月【常食】

	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(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 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 小松菜とハムの塩だれ炒め こまつな ロースハム にんじん ツナ缶詰 塩だれ ごま油 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド チンゲン菜とツナのバターソテー チンゲンサイ にんじん コンソメ こいくちしょうゆ バターブレンド 牛乳 牛乳	菓子パン(おいもクリームパン) おいものクリームパン しるなのコンソメスープ煮 しらな ベーコン にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 牛乳 牛乳	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード 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 ロースハム サラダ油 塩だれ 牛乳 牛乳	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 白桃缶詰 ヨーグルト ヨーグルト 紅茶 紅茶 グラニュー糖 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(真芋・さつま揚げ) ながいも さつま揚げ みそ だしの素 梅びしお 梅びしお
	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 たまねぎ フロッキー クリームシチューの素 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 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	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 ハリハリ風うどん うどん 牛かたローススライス みずな 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 だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん 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 豆腐サラダ 絹ごし豆腐 きゅうり ツナ缶詰 レタス ノンオイル和風ドレッシング	☆金沢名物☆ ハントシライス風 卵シート 米 鶏もも肉 たまねぎ にんじん 青ピーマン 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 すけとうだら 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 タルタルソース 鶏卵 トンカツソース ブルーツ(りんごいちご) りんご いちご コンデンスミルク 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	米飯 米 変わりチキンロール 鶏ひき肉 にんじん いんげん 鶏卵 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ コンソメ 食塩 うすくちしょうゆ かたくり粉 サラダ油 ズッキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 和風パスタ(ウインナー醬油味) スパゲティ ポークウインナー 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 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 鯨のキマヨタマ焼き 鯨 酒 みりん こいくちしょうゆ 鶏卵 はくさいキムチ マヨネーズ パセリ 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 いり豆腐(豚肉) 木綿豆腐 豚ももスライス 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(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 キャベツミンチカツ 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 サラダ油 添え物(なす・トマト) なす おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 トマト まごころえ(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(エリンギ・とろろ昆布) エリンギ とろろ昆布 かいわれだいのこ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚の柚子みそ煮 鯖 みそ ゆず 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 酢の物(ハム) きゅうり にんじん ロースハム 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ すまし汁(そうめん) そうめん 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
夕食	米飯 米 揚げ出し豆腐カニカマあんかけ 揚げ出し豆腐 白絞油 高野豆腐 春菊 にんじん たけのこ うすくちしょうゆ みりん だしの素 かに風味かまぼこ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 かたくり粉 胡瓜とムキエビのわさび和え きゅうり にんじん エビ うすくちしょうゆ みりん わさび すまし汁(オクラ・はんぺん) オクラ はんぺん みつば 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 鯖 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 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(ほうれん草) ほうれんそう コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 豚肉の生妻焼き 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(もやしソテー) りょうとうもやし にんじん 食塩 こしょう オリーブ油 トマト なすと小豆の煮物 なす 小柱(イタヤ貝) グリーンピース だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(厚揚げ・レンコン) 厚揚げ レンコン ねぎ みそ だしの素	米飯 米 白身魚の白菜クリームソースかけ 赤魚 食塩 こしょう はくさい ミックスベジタブル シュレッドチューの素 牛乳 食塩 こしょう 添え物(ブロッコリー) ブロッコリー ツナサラダ きゅうり にんじん ツナ缶詰 食塩 こしょう マヨネーズ みそ汁(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ 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(アスパラ・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 穀物酢 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(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 魚のバターしょうゆ焼き 鯖 みりん こいくちしょうゆ 食塩不使用バター 添え物(しるなかかあえ) しるな 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 大根と豚バラの煮物 大根 豚ばらスライス むき枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(さつまいも) さつまいも まきふ きぬさや みそ だしの素	米飯 米 鶏の梅マヨかか焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 梅干し マヨネーズ 糸かつお 大葉 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 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 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

※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4年 2月【常食】

	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)
朝 食	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム フロッキーのコンソメスープ煮 フロッキー にんじん はんぺん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 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 きのこウインナーのソー 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(シュガーバターコップパン) シュガーバターコップパン フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳 牛乳	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 にんじん たまねぎ 青ピーマン ベーコン 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(バター) 食パン バターブレンド アスパラのさっぱりマヨ炒め グリーンアスパラガス ベーコン マヨネーズ 食塩 こしょう レモン オリーブ油 牛乳 牛乳	米飯 米 チンゲン菜とふの煮びたし チンゲンサイ ふ にんじん ベーコン 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(里芋・あげ) さといも きざみ揚げ 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 しるなどウインナーのソー 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 牛乳 牛乳
	ソースカツ丼 ☆バレンタインデー☆ 米 豚ももスライス 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 ウスターソース 上白糖 はちみつ トマトケチャップ キャベツ	米飯 米 おでん 焼き豆腐 竹輪 大根 さつま揚げ ごぼう天 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	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ あんかけ卵とじうどん うどん ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす 鶏卵 だしの素 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん サラダ油	米飯 米 魚の洋風天ぷら メルルーサ 酒 食塩 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	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(ぶき・グラッセ) ふき 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 トマト	米飯 米 魚の西京チーズ焼き 鯖 白みそ みそ 上白糖 エタムパウダーチーズ 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 筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにやく 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 すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ 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	しば漬けご飯 米 しば漬け 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 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(えのき・まきふ) えのき まきふ 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	わさび和え(しるな) しるな にんじん 竹輪 わさび うすくちしょうゆ みりん	フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ	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 シュレットチーズ ベーコン パセリ サラダ油 みかんゼリー みかんゼリー	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 トマト そぼろ炒め(なす) なす 合挽ミンチ グリーンピース 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが サラダ油	添え物(ぶき・グラッセ) ふき 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 トマト 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 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 魚の西京チーズ焼き 鯖 白みそ みそ 上白糖 エタムパウダーチーズ 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 筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにやく 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 すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ 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 きぬさや みそ だしの素 チョコプリン(バレンタイン菓子) チョコプリン
	みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ きぬさや みそ だしの素 チョコプリン(バレンタイン菓子) チョコプリン	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	みかんゼリー みかんゼリー	そぼろ炒め(なす) なす 合挽ミンチ グリーンピース 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが サラダ油	添え物(ぶき・グラッセ) ふき 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 トマト 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 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 魚の西京チーズ焼き 鯖 白みそ みそ 上白糖 エタムパウダーチーズ 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 筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにやく 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 すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ 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 しば漬け 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 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(えのき・まきふ) えのき まきふ 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
夕 食	米飯 米 えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 食塩 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 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが	米飯 米 魚のごまネーズ焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ エビ 薄力粉 マヨネーズ ごま 添え物(アスパラがかと和え) グリーンアスパラガス 系かつお こいくちしょうゆ みりん イカとズッキーニの中華炒め 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 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 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 りょくとうもやし 黄ピーマン ごま油 塩だれ サニーレタス ポーグシュウマイ しゅうまい 味ぽん みそ汁(厚揚げ・小松菜) 厚揚げ ごまつな みそ だしの素	米飯 米 豚の辛子炒め 豚ももスライス いんげん にんじん りょくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし サラダ油 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 さつま芋 かぼちゃのツナ煮 かぼちゃ ツナ缶詰 上白糖 うすくちしょうゆ 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	大根と豚肉の炊き込みご飯 米 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 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 わさび和え(白菜) はくさい 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(しるな・生ふ) しるな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	おにぎり(塩昆布) 米 塩昆布 ハイカラきのこうどん うどん 天かす なめ茸 チンゲンサイ ほうれんそう ねぎ 食塩 車輪 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 春巻き 白絞油 サニーレタス 豆腐のエビあんかけ 絹ごし豆腐 エビ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉	米飯 米 肉団子とナスのチリソース炒め ミートボール 揚げナス 黄ピーマン 赤ピーマン チンゲンサイ トマトケチャップ 上白糖 チリソース こいくちしょうゆ サニーレタス 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 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
	えび玉(和風) 鶏卵 だしの素 食塩 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 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉 紅しょうが	米飯 米 魚のごまネーズ焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ エビ 薄力粉 マヨネーズ ごま 添え物(アスパラがかと和え) グリーンアスパラガス 系かつお こいくちしょうゆ みりん イカとズッキーニの中華炒め 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 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 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 りょくとうもやし 黄ピーマン ごま油 塩だれ サニーレタス ポーグシュウマイ しゅうまい 味ぽん みそ汁(厚揚げ・小松菜) 厚揚げ ごまつな みそ だしの素	米飯 米 豚の辛子炒め 豚ももスライス いんげん にんじん りょくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし サラダ油 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 さつま芋 かぼちゃのツナ煮 かぼちゃ ツナ缶詰 上白糖 うすくちしょうゆ 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	大根と豚肉の炊き込みご飯 米 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 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 わさび和え(白菜) はくさい 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(しるな・生ふ) しるな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	おにぎり(塩昆布) 米 塩昆布 ハイカラきのこうどん うどん 天かす なめ茸 チンゲンサイ ほうれんそう ねぎ 食塩 車輪 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 春巻き 白絞油 サニーレタス 豆腐のエビあんかけ 絹ごし豆腐 エビ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん かたくり粉	米飯 米 肉団子とナスのチリソース炒め ミートボール 揚げナス 黄ピーマン 赤ピーマン チンゲンサイ トマトケチャップ 上白糖 チリソース こいくちしょうゆ サニーレタス 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 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

※都合により献立を変更することがあります

献立一覧表

令和4年2月【常食】

	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)
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 洋なし缶詰	菓子パン(明太チーズコッペパン) 明太チーズコッペパン 小松菜のコンソメスープ煮 こまつな ベーコン にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	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	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード チンゲン菜のガーリックソテー チンゲンサイ にんじん ベーコン おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油	菓子パン(ウインナーパン) ウインナーパン 小松菜とハムコーンのソテー こまつな 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	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	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 にんじん ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド
	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	ヨーグルト ヨーグルト コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	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	牛乳 牛乳	フルーツジュース フルーツジュース	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	牛乳 牛乳
昼食	米飯 米 鶏のから揚げ柚子おろし煮 鶏もも肉 酒 みりん ささみ揚げ おろししょうゆ 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 サラダ油	カニおこわ風 米 もち米 かに にんじん きざみ揚げ むき枝豆 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ だし巻き卵 鶏卵 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 ゆず 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 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	おにぎり(ゆかり) 米 ゆかり ほっかけトロロそば 和そば 牛すじほっかけ 長芋トロロ かまぼこ ほうれん草 酒 トマトケチャップ だし 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ	米飯 米 カニ風味オムレツ 鶏卵 じゃがいも たまねぎ ツナ缶詰 かに風味かまぼこ サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 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 オリブ油 ほうれん草のなめ茸和え ほうれん草 にんじん ささ身 なめ茸 こいくちしょうゆ	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 みりん こいくちしょうゆ りよくとんもやし チンゲンサイ にんじん 塩だれ サニーレタス ベーコン	米飯 米 魚のりチーズ焼き なます 酒 みりん こいくちしょうゆ のりのつくだ煮 チンゲンサイ シュレッドチーズ 添え物(カリフラワー・ベーコン) カリフラワー ベーコン ナポリタンスパゲティ スパゲティ 食塩不使用バター ポークウィンナー 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
	添え物(キャベツ・トマト) キャベツ 焙煎ゴマドレッシング トマト ほうれん草の寒風炒め ほうれん草 ロースハム 緑豆はるさめ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 すまし汁(わかめ・ふ) ふ わかめ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	絹厚揚げの小柱あんかけ 絹厚揚げ うすくちしょうゆ だしの素 小柱(イタヤ貝) 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 赤だし汁(菜の花) 菜の花 まきふ 赤みそ だしの素	マカロニのクリーム煮 マカロニ ロースハム プロッコリー 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(小松菜) こまつな コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	イカの塩だれ炒め イカ プロッコリー にんじん 塩だれ ごま油 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	コンソメスープ(ズッキーニ・ベーコン) ズッキーニ こまつな コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	みそ汁(そうめん) そうめん きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	中華スープ(オクラ・コーン) オクラ コーン ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ バセリ
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(ホワイトアスパラソテー) ホワイトアスパラ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリブ油 手作りスパゲティサラダ スパゲティ にんじん きゅうり ベーコン 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ 中華スープ(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	米飯 米 豚のはちみつケチャップ焼き 豚ロース肉 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 添え物(ズッキーニ・マッシュ南瓜) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル ベーコン ピーナツ和え(アスパラ) 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 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 肉団子と白菜の旨煮 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 はくさい ささがきごぼう 白ねぎ おろししょうゆ にんじん おろしにんにく トウバンジャン きぬさや 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 さつまいもきんぴら さつまいも にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 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	米飯 米 マーボー豆腐 白ねぎ 合挽ミンチ 白ねぎ おろししょうゆ にんじん 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 グリンピース 餃子 餃子 しろな 味噌 もやしスープ りよくとんもやし 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 八幡巻き 牛かたローススライス にんじん たまねぎ はんぺん 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(チンゲン菜・南瓜) チンゲンサイ 系かつお こいくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 きんぴらごぼう ささがきごぼう にんじん エビ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味 みそ汁(厚揚げ) 厚揚げ ふ みつば みそ だしの素	米飯 米 鯉チーズコロッケ 牛かたローススライス たまねぎ にんじん 鮭 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(レッドキャベツ) レッドキャベツ 穀物酢 上白糖 トマト 菜の花の和え物 菜の花 鶏卵 にんじん エビ こいくちしょうゆ みりん 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 だしの素	米飯 米 牛肉の辛みそ焼き 牛かたローススライス たまねぎ にんじん いんげん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ コチュジャン ごま油 サラダ油 添え物(ふき・粉ふき芋) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 トマト 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 大葉 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4年 2月【常食】

28(月)						
朝 食	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン					
	きのこと卵のソテー きのこミックス 鶏卵 食塩 こしょう バターフレンド こいくちしょうゆ					
	牛乳 牛乳					
昼 食	トリプル焼き 豚ばらスライス イカ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 天かす かつお粉 薄力粉 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 中華麺 豚ももスライス エビ りよくともやし キャベツ にんじん 食塩 こしょう ウスターソース					
	たご焼き(トリプル焼きの一品) たご焼き トンカツソース みりん あおのり マヨネーズ					
	焼きナスのそぼろあんかけ 焼きナス 鶏ひき肉 みつば だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 かたくり粉					
	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					
	米飯 米					
	肉豆腐(鶏) 木綿豆腐 鶏もも肉 ささがきごぼう 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					
夕 食	フルーツポンチ(サイダー) みかん缶詰 パインアップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ 炭酸飲料					
	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					

※都合により献立を変更することがあります