

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年 7月【常食】

				1(金)		2(土)		3(日)	
朝 食				菓子パン(メロンパン) メロンパン	食パン(バター) 食パン バターブレンド	食パン(バター) 食パン バターブレンド			
				ヨーグルト ヨーグルト	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	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	しるなのコンソメスープ煮 しるな 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	牛乳 牛乳	牛乳 牛乳	フルーツジュース まるやかフルーツジュース		
昼 食				米飯 米	米飯 米	米飯 米			
				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 トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ	アジフライ 鯷 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 タルタルソース 鶏卵 サラダ油	鶏のミートソース焼き 鶏もも肉 食塩 こしょう ミートソース シュレッドチーズ スバゲティ 食塩不使用バター 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ			
				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	添え物(キャベツソテー・トマト) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう サラダ油 ミニトマト	添え物(ズッキーニ・長芋) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 ながいも			
				わさび和え(もやし) りよくとうもやし にんじん 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	胡瓜とカニカマの土佐和え 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	ほうれん草のかりかり和え ほうれんそう にんじん ベーコン 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	ずまし汁(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	豆腐スープ 豆腐 にんじん きぬきや コンソメ うすくちしょうゆ			
夕 食				米飯 米	米飯 米	米飯 米			
				魚のごまみそ焼き 赤魚 みそ 上白糖 ごま 酒 みりん	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	魚の照り焼き メバル 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(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	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 じゃがいも 食塩 こしょう	添え物(チンゲン菜辛し和え) チンゲンサイ からし こいくちしょうゆ みりん			
				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	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	乱切りごぼうとエビ団子の煮付け 乱切りごぼう 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			
				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	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	ずいどん汁 はくさい きざみ揚げ 薄力粉 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4年7月【常食】

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)
朝食	菓子パン(ウインナーパン) 美味すぎるウインナーパン 大根のスープ煮 大根 にんじん 竹輪 コンソメ 食塩 こしょう バセリ コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	食パン(マーメイドジャム) 食パン マーメイド 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 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド みかんゼリー 牛乳 牛乳	菓子パン(ビーフロッケパン) ビーフロッケパン カリフラワーのコンソメスープ煮 カリフラワー スナップエンドウ にんじん ロースハム コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 飲むヨーグルト	食パン(バター) 食パン バターブレンド 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 小松菜とハムの塩だれ炒め こまつな 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(明太チーズコッペパン) 明太チーズコッペパン フルーツ(りんご・オレンジ) りんご オレンジ 牛乳 牛乳
	米飯 米 鮭の梅マヨチーズ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ 梅干し エダムパウダーチーズ 添え物(菜の花・かつお) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ 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 みそ汁(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素	米飯 米 豚のキムチーストンカツ 豚ももスライス スライスチーズ はくさいキムチ 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 サラダ油 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 しらす和え(小松菜) こまつな にんじん しらす うすくちしょうゆ みりん みそ汁(なす・ふ) なす ふ ねぎ みそ 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 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 ツナと水菜の Pasta スパゲティ ツナ缶詰 みずな にんじん 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 すまし汁(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ ささがきごぼう 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 手作り飯らし寿司 ☆セタ☆ 米 上白糖 穀物酢 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 鶏糸卵 きざみのり きぬさや 寿司エビ あなご 紅しょうが セタ豆腐あん 豆腐あん にんじん みずな きゅうり 鶏糸卵 かに風味かまぼこ 乾しいたけ 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 めんつゆ そばろあんかけ(冬瓜) とうがん うすくちしょうゆ だしの素 鶏ひき肉 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 グリーンピース セタ菓子 願いの星饅頭	米飯 米 魚のみそ煮 鶏もも肉 みそ 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 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 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 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	米飯 米 鶏のカレーポテト焼き 鶏もも肉 食塩 じゃがいも カレー粉 食塩 こしょう マヨネーズ バセリ 添え物(アスパラ・南瓜) グリーンアスパラガス もやし炒め(ウインナー) りよくとうもやし 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 中華スープ(春雨・はんぺん) 春雨 はんぺん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 魚のマスタードパン粉焼き 鮭 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 バセリ マカロニのクリーム煮 マカロニ ロースハム ブロックリー 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(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
夕食	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 冷やしたぬきそば 和そば 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん 鶏糸卵 きゅうり きざみのり めんつゆ さつま芋のレモン煮 さつまいも レモン 上白糖 はちみつ 豆腐の旨みそかけ 絹ごし豆腐 ブロックリー みそ 上白糖 みりん	米飯 米 白身魚の野菜あんかけ ホキ 食塩 たまねぎ にんじん きぬさや えぎ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かたくり粉 添え物(カリフラワー) カリフラワー 食塩 じゃがいもとウインナーのソテー じゃがいも ポークウインナー 食塩不使用バター 食塩 こしょう コンソメ こいくちしょうゆ バセリ すまし汁(豆腐あん) 豆腐あん きざみ揚げ みつば みそ だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 鶏の手りかば焼き 鶏もも肉 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(ホワイトアスパラ・さつま芋) ホワイトアスパラ 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 みりん 鶏和え ほうれんそう はくさい 鶏糸卵 にんじん 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 魚の揚げ菜焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 のぎわな漬け ごま油 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 大根サラダ(梅・マヨネーズ) 大根 にんじん かいわれだいこん ベーコン ごま 梅干し みそ汁(さつまいも) さつまいも みつば みそ だしの素 セタ菓子 セタの夜	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 トマトケチャップ サラダ油 添え物(キャベツ・ミニトマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング 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 みそ汁(しろな・えぎ) しろな えぎ みそ だしの素	米飯 米 魚のバターしょうゆ焼き メバル 薄力粉 酒 みりん こいくちしょうゆ 食塩不使用バター 添え物(白菜・かつお) はくさい にんじん 糸かつお うすくちしょうゆ みりん さつまいもきんぴら さつまいも なす 豚ばらスライス 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 七味 みそ汁(ほうれん草) ほうれん草 きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉と揚げナスのおろし和え 豚ももスライス 揚げナス みりん にんじん 大根おろし 味噌 添え物(菜の花・シュウマイ) 菜の花 糸かつお うすくちしょうゆ みりん カニシューマイ ピリ辛炒め(しろな) しろな 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 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

※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7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 チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのことベーコンのソテー 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	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール フルーツ(フルーツカクテル) フルーツカクテル缶 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなとワインナーのソテー しろな ポークワインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム ポテトサラダ ポテトサラダ 牛乳 牛乳	菓子パン(カレーパン) 北海道たまねぎカレーパン 小松菜のコンソメスープ煮 こまつな にんじん はんぺん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ バセリ	食パン(バター) 食パン バターブレンド 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
	飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	牛乳 牛乳		牛乳 牛乳		コービー牛乳 コービー牛乳	フルーツジュース まろやかフルーツジュース
昼食	★佐賀名物☆シシリアンライス 米 牛かたローススライス たまねぎ 焼き肉のたれ サラダ油 レタス きゅうり トマト 鶏卵 マヨネーズ	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 けずり粉 薄力粉 鶏卵 牛乳	米飯 米 タレ(唐・塩唐(2種盛)) 鶏もも肉 焼き肉のたれ ねぎ 鶏もも肉 塩たれ かたくり粉 サラダ油 白絞油 サラダ油	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 トンカツソース	冷麺 中華麺 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 大焼売 味ぽん	米飯 米 魚のマヨキム子焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ はくさいキムチ マヨネーズ 上白糖 エダムパウダーチーズ	米飯 米 豚のピカタ 豚ロース肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 鶏卵 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 カリフラワー パセリ和風ドレッシング
	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	エビ サラダ油 トンカツソース みりん あおのり あおのり 紅しょうが 中華麺 豚ももスライス エビ りよくとうもろや キャベツ にんじん 食塩 こしょう ウスターソース	添え物(キャベツソテー・トマト) キャベツ 黄ピーマン 食塩 こしょう ごま油 トマト	添え物(フロッキーソテー) フロッキー 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 トマト	なすとピーマンのみそ炒め なす 赤ピーマン 青ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 豚ばらスライス 上白糖 みそ こいくちしょうゆ サラダ油	添え物(スツキーニ) スツキーニ 食塩 こしょう オリーブ油	筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン たらこ 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
	フルーツポンチ みかん缶詰 パイナップル 白桃缶詰 キウイフルーツ	たこ焼き(トリプル焼きの一品) たこ焼き トンカツソース みりん あおのり マヨネーズ(お好み焼き用) 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	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	餃と水菜の Pasta スパゲティ 鮭 みずな 食塩 こしょう うすくちしょうゆ 食塩不使用バター まぎみのり	すいかゼリー すいかのゼリー	筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン たらこ 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	ごぼうサラダ さきがきごぼう 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(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	焼きたこ焼き(トリプル焼きの一品) たこ焼き トンカツソース みりん あおのり マヨネーズ(お好み焼き用) 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	コンソメスープ(しろな・しめじ) しろな しめじ コンソメ こしょう うすくちしょうゆ	もやしスープ りよくとうもろや ねぎ ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ		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	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 バセリ
		みそ汁(豆腐・あげ) 豆腐 きざみ揚げ きぬさや みそ だしの素					
夕食	米飯 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	米飯 米 ビーフチャップ 牛かたローススライス 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	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	米飯 米 豚肉と白菜の旨煮 ホキ みそ 上白糖 酒 みりん 食塩不使用バター	米飯 米 魚のバターみそ照り焼き ホキ みそ 上白糖 酒 みりん 食塩不使用バター	肉みそ丼 豚ひき肉 にんじん たけのこ おろししょうが 白ねぎ 赤みそ 上白糖 ガラスープ コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 きゅうり 紅しょうが	米飯 米 魚の西京チーズ焼き 鯖 白みそ みそ 上白糖 エダムパウダーチーズ
	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	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 にんじん 上白糖 食塩不使用バター	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	みそ和え(ほうれん草・ツナ) ほうれんそう にんじん ツナ缶詰 大根おろし 味ぽん	添え物(春菊わさび和え) 春菊 わさび こいくちしょうゆ みりん	添え物(オクラごまあえ) オクラ ごま こいくちしょうゆ みりん	添え物(オクラごまあえ) オクラ ごま こいくちしょうゆ みりん
	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 むき枝豆	ほうれん草のなめ茸和え ほうれんそう にんじん ロースハム なめ茸 こいくちしょうゆ	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 だしの素 みつば かたくり粉	みそ汁(かぼちゃ・ふ) かぼちゃ まきふ みつば みそ だしの素	納厚揚げの小柱あんかけ 納厚揚げ 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	春巻き 春巻き 白絞油 サニーレタス	すまし汁(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
	みそ汁(小松菜・ベーコン) こまつな ベーコン みそ だしの素	すまし汁(白菜) はくさい 鶏卵 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	すまし汁(とうがん・人参) とうがん にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素		みそ汁(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	すまし汁(オクラ・ふ) オクラ 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ 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

※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 7月【常食】

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(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 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 フロッキーのコンソメスープ煮 フロッキー にんじん 竹輪 コンソメ こしょう うすくちしょうゆ コーヒート牛乳 コーヒート牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド ヨーグルト ヨーグルト 牛乳 牛乳	菓子パン(マロンパン) マロンパン しるなどかまぼこの塩だれ炒め しろな 黄ピーマン かまぼこ にんじん 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 マカロニサラダ マカロニサラダ 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 チンゲン菜とツナのバターソース チンゲンサイ 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	菓子パン(りんりんりんごパン) りんりんりんごパン 野菜の塩だれ炒め キャベツ にんじん たまねぎ ローズハム サラダ油 塩だれ 牛乳 牛乳
	米飯 米 鶏のもも肉 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	鶏こ飯 米 鶏 きゅうり ごま 大葉 食塩 紅しょうが 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 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 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 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 サラダ油 添え物(チンゲン菜・なす) チンゲンサイ 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 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 中華スープ(春菊・卵) 春菊 ベーコン 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 白身魚の肉みそ焼き なます 酒 おろししょうが 赤みそ 豚ひき肉 上白糖 みりん 添え物(フロッキー・ピーナツ和え) フロッキー ピーナツ和えの素 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 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	米飯 米 鶏のもも肉 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ 赤ピーマン きゅうり 車糖 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・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト 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 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	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 どんこつラーメン 中華麺 焼き豚 なると りょうとうもやし 鶏卵 ねぎ 白湯ラーメンスープ 餃子 餃子 味ぽん みかんゼリー みかんゼリー	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 黄ピーマン いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ 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 殺物酢 ミートソーススバゲティ 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 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 動物性生クリーム
昼食	米飯 米 鶏の梅かき焼き 鶏もも肉 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	米飯 米 鶏こ飯 米 鶏 きゅうり ごま 大葉 食塩 紅しょうが 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 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 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 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 サラダ油 添え物(チンゲン菜・なす) チンゲンサイ 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 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 中華スープ(春菊・卵) 春菊 ベーコン 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 白身魚の肉みそ焼き なます 酒 おろししょうが 赤みそ 豚ひき肉 上白糖 みりん 添え物(フロッキー・ピーナツ和え) フロッキー ピーナツ和えの素 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 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	米飯 米 鶏のもも肉 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ 赤ピーマン きゅうり 車糖 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・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト 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 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	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 どんこつラーメン 中華麺 焼き豚 なると りょうとうもやし 鶏卵 ねぎ 白湯ラーメンスープ 餃子 餃子 味ぽん みかんゼリー みかんゼリー	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 黄ピーマン いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ 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 殺物酢 ミートソーススバゲティ 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 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 動物性生クリーム
	米飯 米 鶏の梅かき焼き 鶏もも肉 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	米飯 米 鶏こ飯 米 鶏 きゅうり ごま 大葉 食塩 紅しょうが 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 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 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 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 サラダ油 添え物(チンゲン菜・なす) チンゲンサイ 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 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 中華スープ(春菊・卵) 春菊 ベーコン 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 白身魚の肉みそ焼き なます 酒 おろししょうが 赤みそ 豚ひき肉 上白糖 みりん 添え物(フロッキー・ピーナツ和え) フロッキー ピーナツ和えの素 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 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	米飯 米 鶏のもも肉 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ 赤ピーマン きゅうり 車糖 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・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト 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 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	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 どんこつラーメン 中華麺 焼き豚 なると りょうとうもやし 鶏卵 ねぎ 白湯ラーメンスープ 餃子 餃子 味ぽん みかんゼリー みかんゼリー	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 黄ピーマン いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ 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 殺物酢 ミートソーススバゲティ 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 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 動物性生クリーム
夕食	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(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 ミニトマト ひじきの五目煮 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 すまし汁(小松菜・人参) こまつな にんじん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 豚のみそ焼き 豚ももスライス かに 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 添え物(ふき・グラッセ) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 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 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ ホワイトアスパラのスープ ホワイトアスパラ たまねぎ じゃがいも 食塩不使用バター 牛乳 食塩 コンソメ パセリ	米飯 米 かにど枝豆のむし卵 鶏卵 かに にんじん たけのこ むき枝豆 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ 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 揚げ出し豆腐 白絞油 大根おろし 食塩 うすくちしょうゆ みりん みそ だしの素 みそ汁(白菜・肉団子) はくさい きざみ揚げ冷凍 ミートボール みそ だしの素	野沢菜たらこ飯 米 たらこ のざわな漬け 上白糖 こいくちしょうゆ 鶏卵 ごま 紅しょうが 冷しゃぶ風(牛) 牛かたローズスライス レタス 赤ピーマン 味ぽん なすとイカの煮物 なす イカ むき枝豆 だしの素 こいくちしょうゆ みりん みそ汁(ワカメ・えのき) わかめ えのき みそ だしの素	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 がんもどき 木の葉南瓜 生ふ さつま揚げ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん 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 食塩 みりん こしょう こいくちしょうゆ みそ汁(春菊・ふ) 春菊 まきふ みそ 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 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 添え物(いんげん・南瓜バター) いんげん ごま うすくちしょうゆ みりん かぼちゃ 食塩 食塩不使用バター 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 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 魚のタラマヨ菜焼き ホキ 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 添え物(しろなかかあえ) しろな 糸かつお こいくちしょうゆ みりん かき揚げ たまねぎ エビ にんじん みつば 薄力粉 鶏卵 白絞油 こいくちしょうゆ みそ汁(まきふ・ワカメ) まきふ 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