

〇〇献立一覧表〇〇

令和4年 9月【常食】

				1(木)	2(金)	3(土)	4(日)
朝 食				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	菓子パン(マロン) マロンパン	食パン(バター) 食パン バターブレンド
				しろなどハムの塩だれ炒め しろな 黄ピーマン ロースハム にんじん 塩だれ ごま油	フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳	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 バセリ	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
				牛乳 牛乳			りんごジュース りんごジュース
昼 食				米飯 米	米飯 米	米飯 米	米飯 米
				クリームシチュー(鮭) 鮭 じゃがいも にんじん たまねぎ チンゲンサイ クリームシチューの素 牛乳	キムチキンのり巻き 巻きのり 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 はくさいキムチ みそ	魚の梅かか焼き 鯖 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	マーボーナス 揚げナス 合挽ミンチ 白ねぎ おろしにんにく おろししょうが トウバンジャン ごま油 上白糖 こいくちしょうゆ 赤みそ かたくり粉 グリーンピース
				カプレーゼ風サラダ サニーレタス トマト プロセスチーズ ベーコン バジル イタリアンドレッシング	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	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	カニシューマイ カニシューマイ
				フルーツ(ぶどう) ぶどう	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	鳥じゃが 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	もやしスープ りよくとうもやし かいわれだいこん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ
					すまし汁(菜の花・ふ) 菜の花 ふ 食塩 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	
夕 食				米飯 米	米飯 米	オムライス(デミグラスソース) 卵シート 米	おにぎり(しば漬け) 米 しば漬け
				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 だしの素 みりん きぬさや	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(オクラソース) オクラ 食塩 こしょう 食塩不使用バター	お好み焼き 豚ばらスライス エビ キャベツ ねぎ 長芋トロロ 薄力粉 鶏卵 牛乳 天かす けずり粉 サラダ油 トンカツソース みりん あおのり 紅しょうが	
				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	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	和風サラダ(アスパラ) グリーンアスパラガス にんじん 焼き豚 ノンオイル和風ドレッシング	焼きナスの明太子あんかけ 焼きナス からしめんたいこ みつば だしの素 上白糖 うすくちしょうゆ かたくり粉
				すまし汁(ほうれん草・ふ) ほうれんそう 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	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	フルーツポンチ(サイダー) みかん缶詰 バイン缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ 炭酸飲料	みそ汁(ごぼう・ふ) ささがきごぼう ふ みそ だしの素
						中華スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ 小柱(イタヤ貝) 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

〇〇 献立一覧表 〇〇

令和4年 9月【常食】

	6(月)	6(火)	7(水)	8(木)	9(金)	10(土)	11(日)
朝 食	食パン(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(ワインナーパン) 美味すぎるウィンナーパン アスパラのシーチキン炒め 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド スパゲティサラダ スパゲティサラダ フルーツジュース まるやかフルーツジュース フルーツジュース フルーツジュース	食パン(りんごジャム) 食パン りんごジャム チンゲン菜のガーリックソテー チンゲンサイ にんじん ロースハム おろしにんにく こいくちしょうゆ サラダ油 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 ヨーグルト ヨーグルト 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド しるなのコンソメスープ煮 しるな 竹輪 にんじん コンソメ こしょう こしょう うすくちしょうゆ 牛乳 牛乳
	米飯 光 魚のマヨネーズ焼き ホキ 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 蒸え物(ホワイトアスパラごま和え) ホワイトアスパラ 黒ごま うすくちしょうゆ みりん 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 みそ汁(かぼちゃ・ベーコン) かぼちゃ ベーコン ねぎ みそ だしの素	菓子パン(バームパン) バームパン 大人ランチ 合挽ミンチ たまねぎ 鶏卵 パン粉 牛乳 デミグラスソース トマトケチャップ トンカツソース エビ イカ なす 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース サラダ油 スパゲティ たまねぎ からしめんたいこ 食塩不使用バター こいくちしょうゆ きざみのり フルーツ(ぶどう) ぶどう 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	米飯 光 魚のどり辛みそ焼き 鯖 みそ 上白糖 コチュジャン 酒 みりん 蒸え物(インゲンソテー) いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 大根とイカの煮物 大根 イカ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 かきたま汁 鶏卵 か 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(菜飯) 米 菜飯の素 冷やしぼっかけおろしうどん うどん 牛すじぼっかけ 大根おろし かに風味かまぼこ きざみのり めんつゆ 厚揚げのピザ風焼き 厚揚げ 食塩 こしょう ピザソース シュレッドチーズ ポークウインナー パセリ 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	米飯 光 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 パン粉 白絞油 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 蒸え物(キャベツソテー・カリフラワー) キャベツ 赤ピーマン 食塩 こしょう サラダ油 カリフラワー インオイル和風ドレッシング 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 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	牛肉とごぼうの混ぜご飯 米 牛かたローススライス ささがきごぼう かいわれだいこん 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 蒸え物(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 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	米飯 光 スパニッシュオムレツ 鶏卵 牛乳 エダムパウダーチーズ 上白糖 食塩 こしょう ほうれんそう じゃがいも にんじん たまねぎ ロースハム サラダ油 トマトケチャップ 蒸え物(スツキーニ・アボカド) スツキーニ 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド マヨネーズ チリソース マカロニのクリーム煮 マカロニ エビ ブロッコリー 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 豆腐スープ 豆腐 にんじん パセリ コンソメ うすくちしょうゆ
昼 食	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 上白糖 こいくちしょうゆ みりん だしの素 大根おろし かに風味かまぼこ きざみのり めんつゆ 竹輪とごぼうにやくの煮物 竹輪 ごぼうにやく 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 ごま和え(なす) なす しらす ごま うすくちしょうゆ みりん	米飯 米 魚の王佐漢け 鯖 穀物酢 上白糖 こいくちしょうゆ 蒸え物(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 豆腐ソテー ほうれんそう 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(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 肉豆腐 木綿豆腐 牛かたローススライス 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 長芋の絹揚げ和え ながいも 梅干し 上白糖 こいくちしょうゆ あおのり 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	米飯 米 魚のバジルマヨ焼き なまず 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 蒸え物(ふきソテー) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 白菜とベーコンのクリーム煮 はくさい ベーコン クリームシチューの素 牛乳 食塩 こしょう パセリ 中華スープ(オクラ・ささみ) オクラ ささ身 コーン 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 魚介のスタミナ焼き エビ イカ チンゲンサイ りょうとうもやし にんじん たまねぎ 青ピーマン 焼き肉のたれ ソースレタス ホークンジュマイ しゅうまい 味噌 みそ だしの素	米飯 米 月見バーグ ☆中秋の名月☆ 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 牛乳 食塩 こしょう うずら卵 上白糖 こいくちしょうゆ みりん かたくり粉 蒸え物(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 酢の物(カニカマ) きゅうり にんじん かに風味かまぼこ 穀物酢 上白糖 グリーンピース うすくちしょうゆ すまし汁(しめじ・ワカメ) こまつな しめじ わかめ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 中秋の名月菓子 満月のうさぎ饅頭	鶏の肉みそ焼き 鶏もも 酒 おろししょうが 赤みそ 豚ひき肉 上白糖 みりん 蒸え物(ホワイトアスパラ・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 カレー粉 さつま芋のバター醤油炒め さつま芋 しめじ にんじん 食塩不使用バター コンソメ うすくちしょうゆ グリーンピース 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

※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 9月【常食】

	12(月)	13(火)	14(水)	15(木)	16(金)	17(土)	18(日)
朝 食	菓子パン(メロンパン) メロンパン 小松菜とハムの塩だれ炒め こまつな ローズハム にんじん コーン 塩だれ ごま油 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 竹輪 サラダ油 塩だれ フルーツジュース まるやかフルーツジュース	食パン(いちごジャム) 食パン いちごジャム ぶどうゼリー ぶどうゼリー 牛乳	菓子パン(ブルコギマヨパン) ブルコギマヨパン 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 ローズハム 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 ポテトサラダ ポテトサラダ 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこのウインナーのソテー きのこのミックス ポークウインナー 食塩 こしょう バターブレンド うすくちしょうゆ 牛乳	菓子パン(おいもちやん) おいもちやん チンゲン菜のコンソメスープ煮 チンゲンサイ 竹輪 にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ コーヒー牛乳
	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 りょくとうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン サラダ油 味ぽん こいくちしょうゆ サニーレタス 五目春雨(ムキエビ) 緑豆はるさめ 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 すいどん汁 はくさい きざみ揚げ 薄力粉 みそ だしの素	米飯 米 魚のみぞれ煮 鯖 大根おろし だし 上白糖 こいくちしょうゆ みりん がんとどき さといも 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 酢の物(ささみ) きゅうり にんじん ささ身 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 みそ汁(かぼちゃ・春菊) かぼちゃ 春菊 みそ だしの素	ワカメご飯(小) 米 炊き込みわかめ 冷やしきつねうどん うどん 飲き込みわかめ 油揚げ 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 きゅうり きざみのり めんつゆ 明太トロロ冷奴 絹ごし豆腐 長芋トロロ からしめんたいこ めんつゆ うすくちしょうゆ 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	米飯 米 ささみの梅しそフライ ささ身 梅干し 大葉 上白糖 上白糖 きゅうり ごま みょうが 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 トマト みそ炒め(しろな) しろな エビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(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	米飯 米 鶏ももご飯 米 鶏ひき肉 にんじん おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ きゅうり ごま みょうが 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 トマト みそ炒め(しろな) しろな エビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(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	米飯 米 カレーオムレツ 鶏卵 じゃがいも にんじん たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 サラダ油 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(ブロッコリー・ベーコン) ブロッコリー ベーコン コールスロートレッシング 甘辛炒め(チンゲン菜) チンゲンサイ 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 コンソメスープ(ズッキーニ・ワカメ) ズッキーニ わかめ コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	米飯 米 鮭のトマトクリーム煮 鮭 ほうれんそう たまねぎ しめじ オリーブ油 トマトピューレー 上白糖 サラダ油 牛乳 食塩 こしょう カリフラワー 食塩 もやしとツナの王佐和え りょくとうもやし きゅうり にんじん ツナ缶詰 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ごま油 コンソメスープ(じゃがいも) じゃがいも ベーコン コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう
昼 食	米飯 米 白身魚のから揚げ胡瓜ソースかけ メルルーサ 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ にんじん きゅうり 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・トマト) キャベツ フレンチドレッシング トマト オクラと長芋のなめ茸和え オクラ ながいも なめ茸 こいくちしょうゆ すまし汁(厚揚げ・ゆで卵) 厚揚げ 鶏卵 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	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 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 かぼちゃ マヨネーズ こいくちしょうゆ 大焼売 大焼売 味ぽん ほうれん草のスープ ほうれんそう たまねぎ じゃがいも 牛乳 食塩 コンソメ 動物性生クリーム	米飯 米 ロールポーク 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん コンソメ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 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 マヨネーズ和え はくさい かいわれだいこん ベーコン マヨネーズ 味ぽん 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 魚の柚子こしょうチーズ焼き 鱈 酒 みりん にんじん こいくちしょうゆ ゆずこしょう エダムパウダーチーズ 添え物(ホワイトアスパラかか和え) ホワイトアスパラ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 五目煮(小松菜) こまつな しめじ にんじん つきこんにやく 竹輪 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(じゃがいも・ふ) じゃがいも 手まりふ 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 りょくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 糸かつお 上白糖 さつまいも しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす 竹輪 うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・エリンギ) グリーンアスパラガス エリンギ みそ だしの素	米飯 米 魚のみそ菜焼き 鱈 みそ 上白糖 のぎわな漬け 酒 みりん 添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん 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 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 豚肉のさっぱり焼き 豚ももスライス 大葉 大根おろし 梅干し うすくちしょうゆ サラダ油 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 お魚豆腐 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 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
夕 食	米飯 米 白身魚のから揚げ胡瓜ソースかけ メルルーサ 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ にんじん きゅうり 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・トマト) キャベツ フレンチドレッシング トマト オクラと長芋のなめ茸和え オクラ ながいも なめ茸 こいくちしょうゆ すまし汁(厚揚げ・ゆで卵) 厚揚げ 鶏卵 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	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 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 かぼちゃ マヨネーズ こいくちしょうゆ 大焼売 大焼売 味ぽん ほうれん草のスープ ほうれんそう たまねぎ じゃがいも 牛乳 食塩 コンソメ 動物性生クリーム	米飯 米 ロールポーク 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん コンソメ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 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 マヨネーズ和え はくさい かいわれだいこん ベーコン マヨネーズ 味ぽん 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 魚の柚子こしょうチーズ焼き 鱈 酒 みりん にんじん こいくちしょうゆ ゆずこしょう エダムパウダーチーズ 添え物(ホワイトアスパラかか和え) ホワイトアスパラ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 五目煮(小松菜) こまつな しめじ にんじん つきこんにやく 竹輪 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(じゃがいも・ふ) じゃがいも 手まりふ 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 りょくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 糸かつお 上白糖 さつまいも しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす 竹輪 うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・エリンギ) グリーンアスパラガス エリンギ みそ だしの素	米飯 米 魚のみそ菜焼き 鱈 みそ 上白糖 のぎわな漬け 酒 みりん 添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん 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 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 豚肉のさっぱり焼き 豚ももスライス 大葉 大根おろし 梅干し うすくちしょうゆ サラダ油 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 お魚豆腐 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 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 白身魚のから揚げ胡瓜ソースかけ メルルーサ 酒 みりん おろししょうが かたくり粉 白絞油 たまねぎ にんじん きゅうり 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・トマト) キャベツ フレンチドレッシング トマト オクラと長芋のなめ茸和え オクラ ながいも なめ茸 こいくちしょうゆ すまし汁(厚揚げ・ゆで卵) 厚揚げ 鶏卵 みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	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 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 かぼちゃ マヨネーズ こいくちしょうゆ 大焼売 大焼売 味ぽん ほうれん草のスープ ほうれんそう たまねぎ じゃがいも 牛乳 食塩 コンソメ 動物性生クリーム	米飯 米 ロールポーク 豚ももスライス にんじん じゃがいも いんげん コンソメ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 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 マヨネーズ和え はくさい かいわれだいこん ベーコン マヨネーズ 味ぽん 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 魚の柚子こしょうチーズ焼き 鱈 酒 みりん にんじん こいくちしょうゆ ゆずこしょう エダムパウダーチーズ 添え物(ホワイトアスパラかか和え) ホワイトアスパラ 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 五目煮(小松菜) こまつな しめじ にんじん つきこんにやく 竹輪 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(じゃがいも・ふ) じゃがいも 手まりふ 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 りょくとうもやし 上白糖 こいくちしょうゆ からし 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 糸かつお 上白糖 さつまいも しらす和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん しらす 竹輪 うすくちしょうゆ みりん みそ汁(アスパラ・エリンギ) グリーンアスパラガス エリンギ みそ だしの素	米飯 米 魚のみそ菜焼き 鱈 みそ 上白糖 のぎわな漬け 酒 みりん 添え物(春菊ごまあえ) 春菊 ごま こいくちしょうゆ みりん 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 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 豚肉のさっぱり焼き 豚ももスライス 大葉 大根おろし 梅干し うすくちしょうゆ サラダ油 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 お魚豆腐 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 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

※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 9月【常 食】		20(火)	21(水)	22(木)	23(金)	24(土)	25(日)
朝 食	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 ロースハム サラダ油 食塩 こしょう 焼き肉のたれ 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド 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 牛乳	菓子パン(カスタードデニッシュ) カスタードデニッシュ ヨーグルト ヨーグルト 牛乳	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 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 フルーツ(フルーツカクテル) フルーツカクテル缶 牛乳	菓子パン(おいものクリームパン) おいものクリームパン 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 牛乳	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード ウインナーエッグ 鶏卵 ポークウインナー 食塩 こしょう トマトケチャップ 牛乳
	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 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(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 食塩不使用バター コンデンスミルク 煮ひたし(すいき) 生ずいき きざみ揚げ にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 みそ汁(菜の花・ふ) 菜の花 ふ みそ だしの素	米飯 米 白身魚のうぐいす焼き なまず むき枝豆 白みそ みそ 上白糖 みりん 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 冒煮 豚もスライス 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(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 ナスのはさみ揚げ なす 合挽ミンチ 大葉 鶏卵 薄力粉 鶏卵 白絞油 サラダな 添え物(キャベツソテー・トマト) キャベツ にんじん 食塩 こしょう サラダ油 トマト 天つゆ めんつゆ 大根おろし 冷奴 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(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	焼き鳥弁当 鶏もも肉 上白糖 こいくちしょうゆ ホキ 食塩 こしょう 薄力粉 マヨネーズ ねぎ 添え物(スナックエンドウ) スナックエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 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 セロリのスープ セロリ ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ パセリ 赤だし汁(菜の花) 菜の花 まきふ 赤みそ だしの素	米飯 米 魚のねぎマヨ焼き ホキ 食塩 こしょう 薄力粉 マヨネーズ ねぎ 添え物(スナックエンドウ) スナックエンドウ 赤ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 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 セロリのスープ セロリ ベーコン コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	ミニピラフ 米 にんじん コーン たまねぎ 鶏もも肉 グリーンピース ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ 食塩 こしょう 醤油チャーシューメン 中華麺 焼き豚 りょくとうもやし なると ねぎ 醤油ラーメンスープ 餃子 餃子 味ぽん オレンジゼリー オレンジゼリー	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 あおのり 添え物(ブロッコリーソテー) ブロッコリー コーン 食塩 こしょう 食塩不使用バター イカとズッキーニの中身炒め 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 ウインソリース じゃがいも たまねぎ 牛乳 コンソメ 食塩 パセリ
昼 食	米飯 米 魚のカルピカタ メルルーサ 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 カレー粉 鶏卵 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 マッシュドチーズ 手作リスバゲティサラダ スバゲティ 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 コンソメスープ(ほうれん草) ほうれん草 コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	おにぎり(のりたまふりかけ) 米 のりたまふりかけ 鴨南蛮そば 和そば 鴨ロース かまぼこ ほうれんそう ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 竹輪のあんたい焼き 竹輪 からしめんたいこ マヨネーズ 大葉 青森りんごゼリー 青森りんごゼリー	米飯 米 魚の生妻煮 鯖 おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん 酒 ながいも ふき お花のとうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん かまぼこ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みそ みそ汁(小松菜・あげ) こまつな きざみ揚げ 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 にんじん しらたき はくさい 春菊 えのき 上白糖 海老ポール 大根おろし 味ぽん フルーツ(ぶどう) ぶどう みそ汁(しろな) しろな きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の五目煮 豚ももスライス 豚ばらスライス 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 手作り卵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 エリンギ 生ふ 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 けんちんむし卵 鶏卵 エビ 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ むき枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 だしの素 うすくちしょうゆ 添え物(インゲン・マッシュ南瓜) いんげん みりん 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 車糖 まぎご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん すまし汁(小松菜・人参) こまつな にんじん ベーコン うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 牛肉と白菜の和風焼き 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 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 大根と厚揚げの煮物 大根 厚揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みそ汁(もやし・ベーコン) りょくとうもやし ベーコン みそ だしの素
	米飯 米 魚のカルピカタ メルルーサ 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 カレー粉 鶏卵 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 マッシュドチーズ 手作リスバゲティサラダ スバゲティ 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 コンソメスープ(ほうれん草) ほうれん草 コーン コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	おにぎり(のりたまふりかけ) 米 のりたまふりかけ 鴨南蛮そば 和そば 鴨ロース かまぼこ ほうれんそう ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 竹輪のあんたい焼き 竹輪 からしめんたいこ マヨネーズ 大葉 青森りんごゼリー 青森りんごゼリー	米飯 米 魚の生妻煮 鯖 おろししょうが 上白糖 こいくちしょうゆ だしの素 みりん 酒 ながいも ふき お花のとうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 酢の物(かまぼこ) きゅうり にんじん かまぼこ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ みそ みそ汁(小松菜・あげ) こまつな きざみ揚げ 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 にんじん しらたき はくさい 春菊 えのき 上白糖 海老ポール 大根おろし 味ぽん フルーツ(ぶどう) ぶどう みそ汁(しろな) しろな きざみ揚げ みそ だしの素	米飯 米 豚肉の五目煮 豚ももスライス 豚ばらスライス 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 手作り卵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 エリンギ 生ふ 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 けんちんむし卵 鶏卵 エビ 絹ごし豆腐 にんじん たまねぎ むき枝豆 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 だしの素 うすくちしょうゆ 添え物(インゲン・マッシュ南瓜) いんげん みりん 食塩 こしょう オリーブ油 かぼちゃ ミックスベジタブル 車糖 まぎご和え(白菜・たらこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん すまし汁(小松菜・人参) こまつな にんじん ベーコン うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 牛肉と白菜の和風焼き 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 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 大根と厚揚げの煮物 大根 厚揚げ グリーンピース 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みそ汁(もやし・ベーコン) りょくとうもやし 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4年 9月【常 食】

	26(月)	27(火)	28(水)	29(木)	30(金)		
朝 食	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 ツナ缶詰 こいくちしょうゆ バターブレンド フルーツジュース まろやかフルーツジュース	菓子パン(チーズハムロール) チーズハムロール 小松菜とウインナーのソテー こまつな 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	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 ヨーヨー牛乳 ヨーヨー牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド しろなと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	菓子パン(りんりんりんごパン) りんりんりんごパン かぼちゃサラダ かぼちゃサラダ 牛乳 牛乳		
	米飯 米 鶏の味付け天ぷら 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 大葉 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 ノンオイル和風ドレッシング ミニトマト のりかか和え ほうれんそう かに風味かまぼこ にんじん きざみのり 糸かつお こいくちしょうゆ 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 かいわれだいこん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 もち米 くり 食塩 酒 冷しゃぶ風 牛かたローススライス レタス 赤ピーマン 味ぽん だし巻卵 鶏卵 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 赤だし汁(厚揚げ) 絹厚揚げ 春菊 赤みそ だしの素	米飯 米 魚の中巻マリネ風 鰯 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ たまねぎ きゅうり にんじん ごま油 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 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(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素	米飯 米 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 添え物(カリフラワー・ベーコン) カリフラワー ベーコン 糸かつお うすくちしょうゆ みりん じゃがいも 食塩 こしょう エダムパウダーチーズ 切り干し大根煮物 切干しだいこん 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 みそ汁(白煮) はくさい まきふ ねぎ みそ だしの素	おにぎり(わかめ) 米 炊き込みわかめ 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 さつま芋のレモン煮 さつま芋 レモン 上白糖 はちみつ ささみの真珠和え ささ身 かたくり粉 キャベツ にんじん きゅうり 味ぽん		
	しは漬けご飯 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 なすと明太子の炒め物 なす からしめんたいこ 上白糖 こいくちしょうゆ おろししょうが サラダ油 みそ汁(ワカメ・ふ) わかめ ふ みそ だしの素	米飯 米 肉団子の中巻五目煮 ミートボール 乱切りごぼう レンコン 大根 にんじん マロニー きぬさや ガラスープ ジャンタン コンソメ うすくちしょうゆ 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 トウモロコシ ごま油 野菜スープ(キャベツ) キャベツ コーン コンソメ うすくちしょうゆ バセリ	米飯 米 味噌だれチキンカツ 鶏もも肉 食塩 こしょう 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 サラダ油 赤みそ 上白糖 みりん 添え物(オクラ・トマト) オクラ 食塩 こしょう オリーブ油 トマト ごま和え(ほうれん草) ほうれんそう にんじん かに風味かまぼこ ごま こいくちしょうゆ みりん すまし汁(しめじ) しめじ 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	うな玉丼 米 鶏卵 うなぎのかば焼き たまねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ みつば きざみのり 酢の物(ハム) きゅうり にんじん ローズハム 殺物酢 上白糖 うすくちしょうゆ フルーツ(ぶどう) ぶどう すまし汁(ゆば) 湯葉 わかめ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 魚のチリアリオ焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ トマトケチャップ おろしにんにく みそ チリソース 添え物(もやし・青ピーマン) りよくとうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 野菜の卵とじ(小松菜) 鶏卵 こまつな たまねぎ 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(厚揚げ・ごぼう) 厚揚げ さがきごぼう 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