

〇〇献立一覧表〇〇

平成31年3月【献立】

				1(金)	2(土)	3(日)
朝 食				黒子パン(カレーパン) ※油揚げとおぼろカレーパン フルーグリンズ みかん缶詰 バインアップル缶詰 白桃缶詰 キウイフルーツ 牛乳 牛乳	米飯 だし巻き卵(朝蛋) だし巻きたまご 巻卵 こいくちしょうゆ みりん みぞ汁(チンゲン菜・ふ) チンゲンサイ ふ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだ煮	煮ハシ(バター) 煮ハシ 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 アスメラガス にんじん コンソメ こしょう うすくちしょうゆ 牛乳 牛乳
	昼 食			米飯 煮の福子みぞれ煮 カレイ 大根おろし ゆず だしの素 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 一口がんも さといも 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 ナムル煮 ほろりんそう 金巻ミンチ にんじん ごぼう 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 みぞ汁(有の子・手まりふ) たけのこ 手まりふ みそ だしの素	米飯 手作り飯らし寿司(ひな祭り松花菜弁当) 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 上白糖 錦糸卵 きざみのり さぬまや かにエビ きざみあなご だししょうが 天ぷら エビ たらめ クリーンアスパラガス ガラス・コフ 薄力粉 鶏卵 ごま油 抹茶 食塩 鶏胸 かつたロース 食塩 こしょう 鶏肉のたれ サラダな 煮つけ さといも 木の葉南瓜 ふき さつまいも にんじん 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・生ふ) そうめん 生ふ 木の芽 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 三色花ゼリー 三色花ゼリー	米飯 鶏のまよかじ焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マネース カレー粉 蒸え膳(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 チンゲンサイ にんじん 豚ももスライス ガラス・コフ コンソメ こいくちしょうゆ もやしスープ りょくとうもやし ねぎ ガラス・コフ コンソメ うすくちしょうゆ
夕 食				米飯 鶏のピザードソースかけ 鶏もも肉 食塩 こしょう グルニュー糖 白ワインビネガー オレンジジュース オレンジ かたくり粉 りんご 上白糖 食塩不使用バター プロコロリー冷凍 鶏ささぎ エビのササガ ムキエビ りょくとうもやし きゅうり トマト ノンオイル煮たまごドレッシング ワカメスープ わかめ にんじん ガラス・コフ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 白身魚のうけいず焼き なまず むき枝豆 白みそ みそ 上白糖 みりん 蒸え膳(白黒・ごま) ほうさい にんじん ごま うすくちしょうゆ みりん 鶏ささぎの明太子あんかけ 鶏ささぎ からしめんたいこ みつば だしの素 みりん うすくちしょうゆ かたくり粉 中華スープ(しろな) しろな にんじん ガラス・コフ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 鶏栗寿司(ひな祭り松花菜弁当) 米 鮭 のぎわな漬け 上白糖 穀物酢 食塩 錦糸卵 きざみのり さぬまや 寿司エビ だししょうが 八潮巻 半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 だしの素 サラダな 葉の花 こいくちしょうゆ みりん からし 煮つけ 一口がんも 木の葉南瓜 たけのこ ふき 生ふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 鶏り飯わせ 鶏胸 だしの素 食塩 うすくちしょうゆ みりん サラダ油 カニ・エビ すまし汁(あさり) あさりむき身 手まりふ 木の芽 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素 三色花ゼリー 三色花ゼリー

※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

平成31年 3月 [常食]

	4(月)	5(火)	6(水)	7(木)	8(金)	9(土)	10(日)	
朝食	菓子パン(ウインナーデニッシュ) あらびきウインナーデニッシュ きのこベーコンのソーデー きのこミックス ベーコン 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 パイン缶詰 西洋なし缶詰	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 パイン缶詰 西洋なし缶詰	米飯 米 里芋の煮付け 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(チーズハムロール) チーズハムロール チンゲン菜のガーリックソーデー チンゲンサイ にんじん ベーコン にんにくおろし 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 野菜のポドフ風 キャベツ にんじん たまねぎ にんにくおろし ベーコン コンソメ 食塩 こしょう	食パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード スクランブルエッグ(具入り) 鶏卵 ベーコン 牛乳 たまねぎ コンソメ サラダ油 サラダ油	菓子パン(ビーフロッケパン) ビーフロッケパン フルーツ(りんご・キウイ) りんご キウイフルーツ 牛乳 牛乳	
	りんごジュース りんごジュース	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	みそ汁(しろな) しろな ふ みそ だしの素 ふりがけ(のりたま) ふりがけ	牛乳 牛乳	コーヒー牛乳 コーヒー牛乳	牛乳 牛乳		
昼食	米飯 米 クリームシチュー(エビ) ムキエビ 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	米飯 米 魚の柚子土佐漬け 鰯 穀物酢 たまねぎ 上白糖 こいくちしょうゆ ゆず	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	ハヤシライス 米 牛かたローススライス たまねぎ にんじん マッシュルーム缶 デミグラスソース ハヤシルーウ トマトケチャップ ホールトマト	中華風あんかけそば 中華麺 ごま油 豚ばらスライス ムキエビ 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 うすずら卵 ごま油 シャンタン コンソメ うすくちしょうゆ かたくり粉	米飯 米 鮭のみそキムチ焼き 鮭 みそ 上白糖 はくさいキムチ エダムパウダーチーズ	米飯 米 肉豆腐 木綿豆腐 牛かたローススライス 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	米飯 米 肉豆腐 木綿豆腐 牛かたローススライス 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
	ごぼうサラダ さがきごぼう にんじん きゅうり からしめんたいこ 食塩 こしょう マヨネーズ こいくちしょうゆ	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	添え物(オクラソーデー) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう トマト	水菜サラダ みずな さき身 にんじん 食塩 こしょう 造煎ゴマドレッシング	米飯 米 みそ汁(しろな) みそ だしの素 ふりがけ	添え物(インゲンソーデー) いんげん 上白糖 こいくちしょうゆ うすくちしょうゆ サラダ油	じゃがいもそぼろ煮 じゃがいも 鶏ひき肉 サラダ油 かたくり粉 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	ピーナツ和え(里芋) さといも 鶏ひき肉 オクラ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ わかめ 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
	みかん寒天 オレンジジュース 上白糖 粉寒天 ホイップクリーム	みそ汁(さつまいも・あげ) さつまいも さがき揚げ みつば みそ だしの素	王佐和え(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	フルーツ(いちご) いちご 加糖練乳	青りんごゼリー 青りんご風ゼリー	豆腐スープ 絹ごし豆腐 にんじん かいわれだいこん コンソメ うすくちしょうゆ	すまし汁(そうめん・花豆腐) そうめん お花のとうふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	すまし汁(しめじ・ワカメ) しめじ わかめ 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 魚の西京焼き 鰯 白みそ みそ 上白糖	米飯 米 鶏のチリマヨ菜焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ	おにぎり(ゆかり) ゆかり あんかけ卵とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素	米飯 米 白身魚の香味バター焼き ホキ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター	米飯 米 干草むしたまご 鶏卵 鶏ひき肉 にんじん みりん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ	米飯 米 豚肉のボン酢炒め 豚ももスライス 酒 ただのこ チンゲンサイ りよくどうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン ブロccoli ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト	米飯 米 魚のタルタルソース焼き 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 上白糖	米飯 米 添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖
添え物(小松菜・ごま) ごまつな にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん	添え物(もやしソーデー) りよくどうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター	コンソメスープ(小松菜) ごまつな にんじん コンソメ うすくちしょうゆ こしょう	添え物(しろなごまあえ) しろな ごま こいくちしょうゆ みりん	添え物(ブロccoli・ハム) ブロccoli ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト	添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖	添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖		
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	添え物(もやしソーデー) りよくどうもやし 青ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 にんじん 上白糖 食塩不使用バター	おにぎり(ゆかり) ゆかり あんかけ卵とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素	米飯 米 白身魚の香味バター焼き ホキ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター	米飯 米 干草むしたまご 鶏卵 鶏ひき肉 にんじん みりん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ	米飯 米 豚肉のボン酢炒め 豚ももスライス 酒 ただのこ チンゲンサイ りよくどうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン ブロccoli ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト	米飯 米 魚のタルタルソース焼き 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 上白糖	米飯 米 添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖	
すまし汁(えのき・ふ) えのきたけ 手まりふ みつば 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	白菜と鶏糸卵の和え物 はくさい にんじん 鶏糸卵 うすくちしょうゆ みりん	おにぎり(ゆかり) ゆかり あんかけ卵とじそば 和そば ほうれんそう かまぼこ にんじん 天かす みつば 鶏卵 だしの素	米飯 米 白身魚の香味バター焼き ホキ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター	米飯 米 干草むしたまご 鶏卵 鶏ひき肉 にんじん みりん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ	米飯 米 豚肉のボン酢炒め 豚ももスライス 酒 ただのこ チンゲンサイ りよくどうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン ブロccoli ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト	米飯 米 魚のタルタルソース焼き 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 上白糖	米飯 米 添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖	
	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 生クリーム	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	米飯 米 白身魚の香味バター焼き ホキ 料理酒 みりん こいくちしょうゆ さんしょう粉 食塩不使用バター	米飯 米 干草むしたまご 鶏卵 鶏ひき肉 にんじん みりん みつば だしの素 食塩 うすくちしょうゆ	米飯 米 豚肉のボン酢炒め 豚ももスライス 酒 ただのこ チンゲンサイ りよくどうもやし にんじん 黄ピーマン 赤ピーマン ブロccoli ローズハム コールスロードレッシング ミニトマト	米飯 米 魚のタルタルソース焼き 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 上白糖	米飯 米 添え物(マッシュ南瓜) 西洋かぼちゃ ミックスベジタブル 上白糖	

※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

平成31年 3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 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 フルーツジュース フルーツジュース	米飯 米 だし巻きたまご オクラ こいくちしょうゆ みりん みそ汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 ふ みそ だし 梅びしお	菓子パン(りんりんりんご) りんりんりんごパン 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 コーン 食塩 こしょう こいくちしょうゆ サラダ油 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 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 パセリ 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 キャベツとワインナーのソテー キャベツ ポークウィンナー 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 牛乳 牛乳	菓子パン(カフェオレクリーム) カフェオレクリームパン フルーツ(白桃缶・びわ缶) 白桃缶詰 びわ缶詰 牛乳 牛乳	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこワインナーのソテー きのこミックス ポークウィンナー 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
	野沢菜六子ご飯 米 きざみあなご 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 肉団子と白菜の旨煮 ミートボール はくさい 緑豆はるさめ 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 酢の物(エビ) きゅうり にんじん ムキエビ 穀物酢 上白糖 うすくちしょうゆ 赤だし汁(豆腐) 絹ごし豆腐 わかめ みつば 赤みそ だしの素	おにぎり(しば漬け) 米 しば漬け 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 長辛トロロ 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 フロッコリーの洋風ごま和え フロッコリー にんじん さき身 食塩 こしょう 鰹煎ゴマドレッシング 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	米飯 米 チキンのり巻き 焼きのり 鶏ひき肉 たまねぎ パン粉 鶏卵 みそ 添え物(チンゲン菜・カリフラワー) チンゲンサイ ごま こいくちしょうゆ みりん カリフラワー 穀物酢 上白糖 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 すまし汁(しめじ・菜の花) しめじ 菜の花 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 薫の照り焼き 鰹 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 カレー粉 みりん かたくり粉 添え物(ほうれん草・ごま) ほうれん草 にんじん ごま こいくちしょうゆ みりん 筑前煮 鶏もも肉 大根 にんじん レンコン こんにゃく 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 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 鶏のカレー天ぷら 鶏もも肉 酒 食塩 薄力粉 鶏卵 カレー粉 白絞油 サラダ油 天つゆ めんつゆ 大根おろし 添え物(ワキ) ふき 糸かつお うすくちしょうゆ みりん トマト 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(えりんぎ・生ふ) えりんぎ 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 焼肉 牛かたローススライス りよくともやし にんじん たまねぎ 焼肉のたれ 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 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 さつまいも 手作りするバグティンサラダ スパゲティ にんじん きゅうり ロースハム 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	米飯 米 鮭のマヨネーズ焼き 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 酢の物(ハンザンズ) 緑豆はるさめ 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 みそ汁(大根・あげ) 大根 きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素
夕食	米飯 米 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 シュレットチーズ スパゲティ 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(ズッキーニ・粉ふき) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう 甘辛炒め(いんげん) いんげん イカ つきこんにゃく 上白糖 こいくちしょうゆ サラダ油 きのこスープ えのき しいたけ シャンタン うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 アスパラコロッケ じゃがいも グリーンアスパラガス たまねぎ ローズハム 薄力粉 鶏卵 パン粉 白絞油 トンカツソース 添え物(キャベツ・トマト) キャベツ ノンオイル青じそドレッシング トマト 胡瓜とカニカマのわさび和え 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 すまし汁(春菊・ハムペン) 春菊 はんぺん 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚のしやぶしやぶ風 メバル 絹ごし豆腐 はくさい にんじん マロニー 春菊 えのき 海老ボール 大根おろし 味噌 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 みそ汁(もやし) りよくともやし きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	天澤飯 米 鶏卵 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ ムキエビ イカ ナス 赤ピーマン 黄ピーマン チンゲンサイ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サニーレタス もやしと竹輪の辛し和え りよくともやし にんじん にんにく 竹輪 うすくちしょうゆ からし みりん フルーツポンチ(サイダー) みかん缶詰 パイン缶詰 いちご キウイフルーツ サイダー 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 パセリ	米飯 米 魚介とナスのケチャップ炒め ムキエビ イカ ナス 赤ピーマン 黄ピーマン チンゲンサイ トマトケチャップ 上白糖 こいくちしょうゆ サニーレタス もやしと竹輪の辛し和え りよくともやし にんじん にんにく 竹輪 うすくちしょうゆ からし みりん 中華スープ(オクラ・卵) オクラ 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	米飯 米 魚のチリかば焼き 鰹 薄力粉 酒 上白糖 こいくちしょうゆ みりん 糸かつお みつば 上白糖 こいくちしょうゆ 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 五目煮(白菜・さつま揚げ) はくさい つきこんにゃく にんじん みつば 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(しろな・花豆腐) 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 鶏の橋かば焼き 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 添え物(いんげん・南瓜) いんげん こいくちしょうゆ みりん 西洋かぼちゃ 食塩 焼きナスのカニカマあんかけ 焼きナス 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 ごま油 かたくり粉 すまし汁(ゆば) 湯葉 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

※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

平成31年 3月【春 食】

	18(月)	19(火)	20(水)	21(木)	22(金)	23(土)	24(日)
朝 食	米飯 米 ほうれん草とはんぺんの煮びたし ほうれんそう はんぺん 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(さつまいも) さつまいも まきふ みそ だしの素 のり佃煮 のりのつくだ煮	菓子パン(シューマンペーコンボテパン) シューマンペーコンボテパン 長芋のスープ煮 ながいも たまねぎ ロースハム 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 フルーツジュース 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 ほうれん草とツナのバターソテー ほうれんそう 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	食パン(バター) 食パン バターブレンド きのこ餅のソテー 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 コーヒート牛乳 コーヒート牛乳	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 西洋なし缶詰 フロセスチーズ フロセスチーズ 紅茶(ミルク) 紅茶 牛乳 グラニュー糖	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 ポーグウインナー たまねぎ ガラスープ こいくちしょうゆ サラダ油 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 スクランブルエッグ(ミックス入) 鶏卵 ロースハム ミックスベジタブル 牛乳 コンソメ トマトケチャップ サニールタス 牛乳 牛乳
	おにぎり(菜飯) 米 菜飯の素 かき揚げうどん うどん たまねぎ ムキエビ にんじん みつば 薄力粉 鶏卵 白絞油 かまぼこ ねぎ 食塩 上白糖 うすくちしょうゆ 酒 みりん だしの素 菜の花とイカの炒め物 菜の花 イカ にんじん 上白糖 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 オレンジゼリー オレンジゼリー	夏わり三色丼 米 豚ももスライス たまねぎ 上白糖 うすくちしょうゆ おろししょうが りよくとうもろやし 鰯糸卵 ごま うすくちしょうゆ みりん ほうれんそう にんじん 食塩 こいくちしょうゆ トウバンジャン ごま油 紅しょうが みりん だしの素 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 コンポート りんご 上白糖 ミントの葉 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 だしの素	米飯 米 アスパラチーズオムレツ 鶏卵 じゃがいも グリーンアスパラガス ロースハム シュレッドチーズ サラダ油 トマトケチャップ トカツソース 添え物(レッドキャベツ) レッドキャベツ 穀物酢 上白糖 もやしとささみのサラダ りよくとうもろやし きゅうり にんじん ささ身 オリーブオイル和風ドレッシング みそ汁(豆腐) 豆腐 わかめ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 白身魚のから揚げサラダ ホキ 料理酒 おろししょうが 鶏卵 薄力粉 白絞油 きゅうり にんじん たまねぎ ノンオイル和風ドレッシング サニールタス 添え物(オクラ・トマト) オクラ 食塩 きゅうり ごま オリーブ油 トマト 含め菜 西洋かぼちゃ 豆腐 うすくちしょうゆ みりん だしの素 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	米飯 米 魚のごまネーズ焼き 鰯 醤油 みりん こいくちしょうゆ 薄力粉 マヨネーズ ごま 添え物(しろな) しろな かに風味かまぼこ こいくちしょうゆ みりん からし 里芋のそぼろ煮 さといも 鶏ひき肉 サラダ油 にんじん だしの素 うすくちしょうゆ みりん グリーンピース みそ汁(白菜) はくさい きざみ揚げ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 カレー煮込みハンバーグ 合挽ミンチ トマトケチャップ パン粉 牛乳 鶏卵 コンソメ カレーウ 添え物(フロッコリー) フロッコリー 食塩 ミニトマト 大根と白菜のゴマサラダ 大根 みずな にんじん からし マヨネーズ 大葉 サニールタス すまし汁(しめじ・とろろごぼう) しめじ とろろ昆布 かいわれだいこん コンソメ 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(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 ノンオイル和風ドレッシング 厚揚げの明太子焼き 厚揚げ からしめんたいこ 食塩 こしょう 大葉 サニールタス 野菜スープ(キャベツ) キャベツ にんじん コンソメ うすくちしょうゆ ハセリ
	米飯 米 肉団子の中巻五目煮 ミートボール 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 シアンタン コンソメ うすくちしょうゆ まさご和え(白菜・たちこ) はくさい たらこ うすくちしょうゆ みりん みそ汁(チンゲン菜・ベーコン) チンゲンサイ ベーコン みそ だしの素	米飯 米 白身魚のおかかバター焼き キャットフィッシュ 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(胡瓜お浸し) きゅうり にんじん うすくちしょうゆ みりん ピーナツ和え(インゲン) いんげん にんじん みりん かに風味かまぼこ ピーナツ和えの素 こいくちしょうゆ みそ汁(小松菜・しめじ) こまつな しめじ みそ だしの素	米飯 米 鶏の漬け薬焼き 鶏もも肉 酒 みりん こいくちしょうゆ 上白糖 のぞかな漬け ごま油 ごま 添え物(ズッキーニ・アボカド) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 アボカド マヨネーズ ナリソース チンゲン菜のなめ茸和え チンゲンサイ にんじん かまぼこ なめ茸 こいくちしょうゆ 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	おにぎり(塩昆布) 米 塩昆布 ほっかけおろしそば 和そば すしじぼっかけ 大根おろし かに風味かまぼこ ほうれんそう だしの素 食塩 上白糖 こいくちしょうゆ 酒 みりん こしょう 絹ごし豆腐 プロッコリー みそ 上白糖 糸かつお うすくちしょうゆ みりん ポークシューマイ しゅうまい 味ぽん サラダな	米飯 米 マーボーナス 揚げナス 合挽ミンチ たまねぎ グリーンアスパラガス 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 赤みそ かたくり粉 グリーンピース 土佐和え(胡瓜・ささみ) きゅうり にんじん ささ身 糸かつお うすくちしょうゆ みりん 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	エビアスパラチャーハン 米 ムキエビ たまねぎ にんじん グリーンアスパラガス 鶏卵 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 蕎麦 香巻き 白絞油 サニールタス フルーツ(いちご) いちご 加糖練乳 中華スープ(ほうれんそう・小粒) ほうれんそう 人参 小粒 ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ	米飯 米 魚の白菜おろし揚げ 赤魚 たまねぎ にんじん 食塩 大根おろし はくさい 味ぽん かいわれだいこん 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 なすとエビの煮物 なす ムキエビ 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(ワカメ・えのき) わかめ 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

平成31年 3月【常食】

	25(月)	26(火)	27(水)	28(木)	29(金)	30(土)	31(日)
朝食	菓子パン(コーンデニッシュ) コーンデニッシュ フルーツ(りんご・オレンジ) りんご オレンジ 牛乳 牛乳	菓子パン(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 飲むヨーグルト 飲むヨーグルト	菓子パン(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	米飯 米 だし巻きたまご 菜の花 こいくちしょうゆ みりん みぞ汁(じゃがいも・あげ) じゃがいも きざみ揚げ みそ だしの素 梅びしお	菓子パン(マーマレードジャム) 食パン マーマレード マカロニのクリーム煮 マカロニ ブロックリー みりん 食塩 こしょう サラダ油 クリーム・タンチューの素 フルーツジュース フルーツジュース	菓子パン(バター) 食パン バターブレンド かぼちゃサラダ かぼちゃサラダ サニーレタス 牛乳 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 フルーツ(バナナ) バナナ 牛乳 牛乳
	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(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 ナポリタン(スパゲティ) 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 すまし汁(ゆば) 湯葉 菜の花 食塩 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 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 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 たらこあんかけ(大根) 大根 うすくちしょうゆ ツナ缶詰 だしの素 たらこ みつば 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 すまし汁(しろな・生ふ) しろな 生ふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 炊き込みごはん 鶏むね肉 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 魚の塩焼き 鰯 食塩 大根おろし こいくちしょうゆ はじかみ のりかか和え ほうれんそう ツナ缶詰 にんじん きざみのり 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 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 米 おでん 焼き豆腐 竹輪 大根 きざみ揚げ ミニごぼう天 こんにゃく 鶏もも肉 うすら卵 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 わさび和え(小松菜) こまつな にんじん かに風味かまぼこ わさび うすくちしょうゆ みりん 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	米飯 米 鮭の南部焼き 鮭 酒 みりん こいくちしょうゆ 黒ごま 添え物(カリフラワー・ハム) カリフラワー ロースハム コールスロッドレッシング じゃが芋のバター醤油炒め じゃがいも しめじ にんじん ムキエビ 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 みぞ汁(玉ねぎ) たまねぎ 手まりふ みそ だしの素	ミニチャーハン 米 豚ももスライス たまねぎ ミックスベジタブル 食塩 こしょう コンソメ うすくちしょうゆ ごま油 とんこつラーメン 中華麺 焼き豚 なると りよくとうもやし 鶏卵 ねぎ 白湯ラーメンスープ イカの塩だれ炒め イカ ブロックリー グリーンピース うすくちしょうゆ 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	米飯 米 スコッチエッグ 合挽ミンチ たまねぎ ミックスベジタブル 鶏卵 パン粉 牛乳 鶏卵 トマトケチャップ トンカツソース 添え物(フキ) ふき 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 なごいも 食塩 こしょう オリーブ油 エダムパウダーチーズ もやしサラダ りよくとうもやし きゅうり にんじん ノンオイル和風ドレッシング 中華スープ(チンゲン菜) チンゲンサイ 小柱 シャンタン うすくちしょうゆ
昼食	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 りよくとうもやし 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油 添え物(アスパラ・カレー粉ふき) グリーンアスパラガス 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう カレー粉 豆腐ソテー こまつな 絹ごし豆腐 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 中華スープ(オクラ・ほんぺん) オクラ ほんぺん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 魚の生煮魚 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 なごいも ふき お花のどうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 五目春雨(ミンチ) 緑豆はるさめ 合挽ミンチ たまねぎ オイスターソース にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 みぞ汁(なす・ふ) なす ふ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 豚のみそ焼き(トンカツ肉) 豚ロース肉 みそ 上白糖 酒 みりん 添え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん 西洋かぼちゃ 食塩 エダムパウダーチーズ 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 すまし汁(ふ・とろろごぶ) 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 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(しろな) しろな にんじん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 五目コンソメ煮(白菜・かまぼこ) はくさい つきこんにゃく にんじん かまぼこ きぬぎや コンソメ うすくちしょうゆ 食塩 ごま油 こしょう トマトの華風スープ トマト たまねぎ ごま シャンタン うすくちしょうゆ	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 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう カレー粉 にんじん オリーブ油 食塩 エダムパウダーチーズ 三色ナマス 大根 にんじん かいわれだいこん 殺物酢 上白糖 みりん 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	米飯 米 牛肉と揚げナスのおろし和え 牛かたローススライス 揚げナス にんじん 大根おろし あおのり サラダ油 添え物(ズッキーニ・ミニトマト) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 ミニトマト 豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 絹ごしめんたいこ にんじん みそ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かりたけ すまし汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚の二色焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ あおのり 粒マスタード 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 みそ炒め(しろな) しろな ムキエビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(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 豚肉の中華マリネ風 豚ももスライス きゅうり にんじん りよくとうもやし 殺物酢 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油 添え物(アスパラ・カレー粉ふき) グリーンアスパラガス 黄ピーマン 食塩 こしょう オリーブ油 じゃがいも 食塩 こしょう カレー粉 豆腐ソテー こまつな 絹ごし豆腐 にんじん 上白糖 うすくちしょうゆ サラダ油 中華スープ(オクラ・ほんぺん) オクラ ほんぺん ガラスープ コンソメ うすくちしょうゆ パセリ	米飯 米 魚の生煮魚 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 なごいも ふき お花のどうふ 上白糖 うすくちしょうゆ みりん だしの素 五目春雨(ミンチ) 緑豆はるさめ 合挽ミンチ たまねぎ オイスターソース にんじん いんげん 上白糖 うすくちしょうゆ ごま油 みぞ汁(なす・ふ) なす ふ ねぎ みそ だしの素	米飯 米 豚のみそ焼き(トンカツ肉) 豚ロース肉 みそ 上白糖 酒 みりん 添え物(いんげん・南瓜チーズ) いんげん からし こいくちしょうゆ みりん 西洋かぼちゃ 食塩 エダムパウダーチーズ 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 すまし汁(ふ・とろろごぶ) 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 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(しろな) しろな にんじん 糸かつお こいくちしょうゆ みりん 五目コンソメ煮(白菜・かまぼこ) はくさい つきこんにゃく にんじん かまぼこ きぬぎや コンソメ うすくちしょうゆ 食塩 ごま油 こしょう トマトの華風スープ トマト たまねぎ ごま シャンタン うすくちしょうゆ	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 添え物(オクラソテー) オクラ 食塩不使用バター 食塩 こしょう カレー粉 にんじん オリーブ油 食塩 エダムパウダーチーズ 三色ナマス 大根 にんじん かいわれだいこん 殺物酢 上白糖 みりん 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	米飯 米 牛肉と揚げナスのおろし和え 牛かたローススライス 揚げナス にんじん 大根おろし あおのり サラダ油 添え物(ズッキーニ・ミニトマト) ズッキーニ おろしにんにく 食塩 こしょう オリーブ油 ミニトマト 豆腐の明太あんかけ 絹ごし豆腐 絹ごしめんたいこ にんじん みそ 上白糖 うすくちしょうゆ だしの素 みつば かりたけ すまし汁(ほうれん草・ふ) ほうれん草 手まりふ 食塩 うすくちしょうゆ みりん だしの素	米飯 米 白身魚の二色焼き ホキ 酒 みりん こいくちしょうゆ あおのり 粒マスタード 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 みそ炒め(しろな) しろな ムキエビ にんじん みそ 上白糖 こいくちしょうゆ ごま油 すまし汁(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

※都合により献立を変更することがあります