

	1(金)	7(木)	8(金)	11(月)	12(火)
献立	牛乳 中華おこわ 若鶏の緑茶揚げ フケ・菜のおひたし 若竹汁 柏餅	牛乳 チキンカレー (麦飯) ペイクドウィンナー ツナサラダ チキンカレー ルウ	牛乳 減量わかめご飯 そら豆のかき揚げ 切干大根の汁かけあえ 肉うどん	牛乳 コッペパン (普通) いかのフリッター 梅ドレッシングあえ チリコンカン	牛乳 鶏ごぼう丼 (白飯) 鶏ごぼう丼 (具) 海藻サラダ かきたま汁
献立の材料	牛乳 206.00 こめ 50.00 もちこめ 18.00 やきぶた 15.00 にんじん 8.00 しいたけ 0.60 えだまめ 5.00 ごぼう 5.00 しょうが 0.10 濃口しょうゆ 2.30 オイスターソース 0.80 さけ 1.70 本みりん 0.80 食塩 0.30 あぶら 0.20 とりにく 45.00 濃口しょうゆ 0.60 さけ 0.72 抹茶 0.20 てんぷらこ 3.00 こむぎこ 5.00 水 6.00 あぶら 4.50 フケサイ 15.00 はくさい 35.00 いとかつお 0.70 薄口しょうゆ 0.70 濃口しょうゆ 0.70 たけのこ 11.00 わかめ 0.80 とうふ 20.00 うずらたまご 24.00 えのき 5.00 にんじん 5.00 ねぎ 4.00 薄口しょうゆ 3.50 濃口しょうゆ 0.50 食塩 0.20 だし昆布 0.50 だしかつお 3.00 水 120.00 かしわもち 30.00	牛乳 206.00 こめ 70.00 むぎ 10.00 水 116.00 豚ウィンナーソーセージ 40.00 まぐろ 8.00 キャベツ 25.00 ほうれんそう 15.00 コーン 3.00 あぶら 1.30 さとう 0.50 米酢 1.00 レモンかじゅう 0.50 食塩 0.25 こしょう 0.02 とりにく 15.00 にんにく 0.20 じゃがいも 35.00 たまねぎ 50.00 にんじん 20.00 りんご 5.00 あぶら 0.30 パームオイル 10.00 カレー粉 3.00 カレー粉 0.10 トマトピューレ 5.00 濃口しょうゆ 0.40 ウスターソース 0.40 トカツソース 0.40 あかワイン 1.00 水 90.00	牛乳 206.00 米+強化米 72.00 わかめ 1.30 水 116.00 えび 8.00 そらまめ 15.00 たまねぎ 8.00 にんじん 25.00 小煮干し 15.00 食塩 3.00 てんぷらこ 1.30 こむぎこ 0.50 水 1.00 あぶら 0.50 きりぼしだいこん 0.02 もやし 0.30 きゅうり 7.00 さとう 0.20 米酢 35.00 食塩 50.00 薄口しょうゆ 20.00 ごまあぶら 5.00 うどん 10.00 ぎゅうにく 3.00 あぶら 0.10 しいたけ 5.00 さとう 0.40 濃口しょうゆ 0.40 さけ 0.40 水 1.00 にんじん 8.00 たまねぎ 18.00 ねぎ 4.00 食塩 0.05 薄口しょうゆ 3.00 濃口しょうゆ 0.30 だし昆布 2.00 だし煮干し 2.50 水 120.00	牛乳 206.00 パン 60.00 パン袋 1.00 (冷)いか 短冊 40.00 濃口しょうゆ 0.50 さけ 1.00 てんぷらこ 4.00 こむぎこ 5.00 ベーキングパウダー 0.50 水 9.00 あぶら 4.50 だいこん 8.00 はくさい 6.00 ななおれうめ 2.00 米酢 30.00 あぶら 7.00 さとう 0.60 しろワイン 1.40 薄口しょうゆP 0.10 こしょう 1.40 ごまあぶら 0.30 だいち 15.00 ぶたにく 10.00 にんにく 15.00 たまねぎ 0.40 にんじん 0.50 じゃがいも 1.30 パセリ 1.40 あぶら 0.80 トマトピューレ 3.00 トマトチップ 8.00 ウスターソース 18.00 薄口しょうゆ 4.00 さとう 0.05 チリパウダー 3.00 食塩 0.30 こしょう 2.00 水 2.50 だいちのじる 120.00	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 とりにく 40.00 しょうが 1.10 濃口しょうゆ 2.00 さとう 3.50 本みりん 1.75 さけ 0.75 あぶら 0.26 ごぼう 15.00 えだまめ 4.00 あげ 3.00 薄口しょうゆ 1.00 あかみそ 1.00 さとう 0.50 本みりん 0.20 さけ 0.30 水 0.50 海藻ミックス 0.50 にんじん 5.00 きゅうり 10.00 キャベツ 30.00 あぶら 1.00 さとう 0.50 米酢 45.00 薄口しょうゆ 1.80 やきぶた 5.00 たまご 25.00 たまねぎ 25.00 しめじ 8.00 にんじん 10.00 ねぎ 3.00 薄口しょうゆ 3.00 濃口しょうゆ 0.50 食塩 0.20 ごまあぶら 0.30 だし煮干し 3.00 水 120.00 でんぷん 0.70 水 0.70
	1日【アレルギー表示食品】 ●オイスターソース: ●かしわもち:無し	2日【アレルギー表示食品】 ●豚ウィンナーソーセージ:豚肉			

	20(水)	21(木)	22(金)	25(月)	26(火)
献立	牛乳 白ご飯 若鶏のスタミナ焼き カラフルナムル 豆腐の五目あんかけ	牛乳 白ご飯 焼きししゃも ｱｰﾓﾝﾄﾞ あえ 肉じゃが	牛乳 白ご飯 豚肉のしょうが焼き ポテトサラダ あげと野菜のみそ汁	牛乳 コッペパン(普通) ささみのレモンソース コールスロー ビーフン汁 美生柑	牛乳 親子丼(麦飯) さばの塩焼き せん切りサラダ 親子丼(具)
献立の材料	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 とりにく 50.00 にんにく 0.33 りんご 3.20 みずあめ 0.81 さとう 0.81 本みりん 0.81 薄口しょうゆ 1.62 濃口しょうゆ 1.26 さけ 1.62 ﾄﾏﾄﾞﾁｬｯﾌﾟ 1.62 きゅうり 10.00 もやし 10.00 パプリカあか 5.00 きりぼしだいこん 5.00 ｺﾝ 5.00 米酢 2.00 さとう 0.50 薄口しょうゆ 1.50 食塩 0.15 あぶら 0.50 ごまあぶら 0.50 とうふ 60.00 ぶたにく 15.00 ﾌﾝﾈﾞｲ 15.00 しいたけ 0.50 たまねぎ 20.00 にんじん 8.00 はくさい 15.00 あぶら 0.50 しょうが 0.25 さとう 1.20 食塩 0.30 薄口しょうゆ 2.50 濃口しょうゆ 1.00 だし煮干し 2.00 水 45.00 でんぶん 1.50 水 2.00	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 ししゃも 30.00 こまつな 15.00 キャベツ 35.00 にんじん 5.00 ｱｰﾓﾝﾄﾞ 3.00 さとう 0.20 濃口しょうゆ 2.00 ぶたにく 20.00 じゃがいも 65.00 たまねぎ 30.00 にんじん 10.00 いとこんにやく 15.00 えだまめ 5.00 あぶら 1.00 さとう 2.50 本みりん 1.00 濃口しょうゆ 2.00 薄口しょうゆ 2.00 水 20.00 とうふ 20.00 あげ 5.00 はくさい 10.00 もやし 15.00 にんじん 8.00 えのき 6.00 ねぎ 5.00 むぎみそ 10.00 だし煮干し 4.00 水 120.00	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 ぶたにく 40.00 しょうが 1.00 たまねぎ 35.00 あぶら 0.20 食塩 0.10 こしょう 0.02 薄口しょうゆ 3.00 さとう 1.50 さけ 1.00 じゃがいも 50.00 きゅうり 10.00 にんじん 5.00 ｺﾝ 0.05 食塩 0.02 こしょう 0.50 さとう 7.00 とうふ 20.00 あげ 5.00 はくさい 10.00 はくさい 15.00 しめじ 8.00 にんじん 6.00 ねぎ 5.00 食塩 10.00 こしょう 4.00 薄口しょうゆ 120.00 ごまあぶら 4.00 濃口しょうゆ 0.30 だし煮干し 3.50 水 130.00 みしょうかん 50.00	牛乳 206.00 パン 60.00 パン袋 1.00 ささみ 45.00 濃口しょうゆ 0.90 でんぶん 7.50 あぶら 4.50 さとう 1.70 薄口しょうゆ 1.70 レモンかじゅう 1.50 米酢 0.20 水 3.00 きゅうり 5.00 キャベツ 30.00 にんじん 5.00 ｺﾝ 5.00 食塩 0.05 こしょう 0.02 さとう 0.50 ﾌﾞﾈｯｸﾞ ﾏﾓﾈｰｽﾞ 7.00 ベーコン 5.00 ビーフン 12.00 はくさい 12.00 しめじ 8.00 にんじん 10.00 ねぎ 5.00 食塩 0.10 こしょう 0.02 薄口しょうゆ 4.00 濃口しょうゆ 0.30 本みりん 3.50 だし煮干し 2.00 水 80.00	牛乳 206.00 こめ 73.00 むぎ 7.00 水 116.00 さば 50.00 食塩 0.20 だいこん 20.00 きゅうり 20.00 にんじん 5.00 ｱｰﾓﾝﾄﾞ 4.00 薄口しょうゆ 1.30 さとう 1.00 食塩 0.10 あぶら 1.30 米酢 0.60 すだち(果汁、生) 0.60 とりにく 20.00 あぶら 0.20 さとう 0.50 濃口しょうゆ 0.10 さけ 1.00 しいたけ 0.50 だしじる 10.00 はくさい 20.00 たまねぎ 25.00 にんじん 5.00 きょうねぎ 3.50 たまご 30.00 薄口しょうゆ 2.80 濃口しょうゆ 3.00 本みりん 0.50 だし煮干し 2.00 水 80.00

	27(水)	28(木)	29(金)		
献立	牛乳 白ご飯 ちくわのいそべ揚げ きんぴらごぼう さつま汁	牛乳 アップルパン(普通) 豚肉の香草焼き 春キャベツのサラダ ワンタンスープ	牛乳 白ご飯 豚肉のさっぱり焼き 小松菜とひじきの炒め物 つくね汁		
献立の材料	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 ちくわ 35.00 こむぎこ 3.50 てんぷらこ 3.00 あおのり 0.20 水 0.50 あぶら 3.50 ぶたにく 5.00 ごぼう 25.00 こんにゃく 8.00 えだまめ 5.00 ごま(いり) 3.00 ごまあぶら 0.50 さけ 0.50 さとう 1.20 薄口しょうゆ 0.80 濃口しょうゆ 1.50 とりにく 8.00 しょうが 0.40 あぶら 0.30 たまねぎ 15.00 にんじん 5.00 しいたけ 0.50 さつまいも 40.00 ねぎ 3.00 むぎみそ 10.00 だし煮干し 3.00 水 120.00	牛乳 206.00 パン 60.00 クリスタルアップル 12.00 パン袋 1.00 ぶたにく 45.00 食塩 0.10 こしょう 0.02 しろワイン 1.00 オリーブあぶら 0.20 香草焼きシーズニング 0.30 ロースハム 5.00 きゅうり 10.00 キャベツ 25.00 たまねぎ 5.00 米酢 2.50 レモンかじゅう 0.50 濃口しょうゆ 0.50 さとう 0.50 食塩 0.25 こしょう 0.02 あぶら 2.00 (冷)肉包ワンタン 20.00 たまねぎ 15.00 えのき 3.00 きくらげ 0.20 にんじん 8.00 チゲンサイ 15.00 食塩 0.10 こしょう 0.01 薄口しょうゆ 3.00 濃口しょうゆ 0.50 ごまあぶら 0.30 だし煮干し 2.00 スープベース チキン 10.00 水 120.00	牛乳 206.00 米+強化米 80.00 水 116.00 ぶたにく 50.00 さけ 1.00 さとう 2.00 本みりん 0.50 濃口しょうゆ 2.20 米酢 3.00 水 0.50 ひじき 6.00 ぎゅうにく 10.00 こまつな 12.00 キャベツ 20.00 ゴーン 3.00 あぶら 0.80 さとう 0.70 濃口しょうゆ 2.00 食塩 0.05 根菜入りつくねミニ 24.00 あつあげ 20.00 だいこん 10.00 たまねぎ 25.00 にんじん 5.00 ねぎ 4.00 薄口しょうゆ 3.20 食塩 0.10 だし煮干し 4.00 水 120.00		
	27日【アレルギー表示食品】 ●ちくわ:小麦	14日【アレルギー表示食品】 ●クリスタルアップル:大豆 ●肉包ワンタン:小麦、豚肉、大豆	29日【アレルギー表示食品】 ●根菜入りつくねミニ:大豆、鶏肉、豚肉		