

1月

21日は非常食を使ったメニューです。

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
4	火	ご飯 鶏の照り焼き 大豆カレー 清汁	ご飯 鶏肉 濃口しょうゆ みりん 酒 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 豆腐 もやし わかめ ごぼう しめじ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
5	水	パン グラタン ほうれん草のソテー コンソメスープ	ワッサンデニッシュ 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ツナ マカロニ ホワイトソース ベーコン ほうれん草 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ じゃが芋 人参 玉葱 しめじ 大根 わかめ コンソメ	牛乳 芋っち団子	牛乳 さつま芋 砂糖 米粉 食塩
6	木	ご飯 鯖の葱ソース揚げ 高野豆腐の卵とじ 味噌汁	ご飯 鯖 白葱 濃口しょうゆ みりん ごま油 サラダ油 鶏挽肉 高野豆腐 赤ピーマン 玉葱 コーン 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 薄揚げ 南瓜 ごぼう 玉葱 人参 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
7	金	ご飯 ハンバーグ 切り干し大根サラダ 七草スー	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 切り干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ 豚挽肉 大根 人参 玉葱 七草セット 薄揚げ だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ 雲パン	クロレラ 卵 グラニュー糖 片栗粉
8	土	親子丼 味噌汁 フルーツ	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 薄揚げ 人参 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌 りんご	お菓子	お菓子
11	火	ご飯 鮭の中華あん 春雨サラダ わかめスープ	ご飯 鮭 玉葱 人参 葱 ウェイパー ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 ごま油 豚肉 絹厚揚げ 大根 人参 ごぼう わかめ ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
12	水	カレーうどん ほうれん草の炒り煮 フルーツ	うどん 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 薄揚げ 葱 カレールウ だしの素 ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれん草 卵 濃口しょうゆ 砂糖 みかん みかん缶	牛乳 チーズビスコッティ	牛乳 ホットケーキミックス 粉チーズ グラニュー糖 卵

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

1月

21日は非常食を使ったメニューです。

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
13	木	ご飯 鶏の甘辛漬け ひじきのかわり煮 コンソメスープ プリン	ご飯 鶏肉 酢 濃口しょうゆ 砂糖 サラダ油 ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん 大根 コンソメ 砂糖 ウインナー 人参 玉葱 南瓜 大根 チンゲン菜 コンソメ プリンの素 牛乳		
				ジョア もちもちドーナツ	ジョア 豆腐 ホットケーキミックス 白玉粉 グラニュー糖
14	金	パン 鶏のケチャップ煮 きのこほうれん草のスパゲッティ カレースープ	クリームエスカルゴ 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム コーン グリーンピース しめじ なす デミグラスソース ツナ しめじ えのき ほうれん草 コーン 人参 スパゲッティ コンソメ 生クリーム じゃが芋 人参 玉葱 大根 キャベツ 薄揚げ カレールウ		
				牛乳 フロランタン	牛乳 チョコイス アーモンドスライス バター 砂糖 生クリーム
15	土	中華丼 わかめスープ フルーツ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 筍 白菜 椎茸 ウェイパー 濃口しょうゆ 味噌 砂糖 豚肉 豆腐 薄揚げ わかめ もやし なす ウェイパー りんご		
				お菓子	お菓子
17	月	ご飯 鯖の幽庵焼き 牛肉と春雨の炒め物 清汁	ご飯 鯖 ぼんずしょうゆ 砂糖 牛肉 春雨 人参 玉葱 いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 豆腐 ごぼう なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 エッグパイ	牛乳 卵黄 牛乳 薄力粉 グラニュー糖 パイシート
18	火	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え 大根スープ	ご飯 豚挽肉 椎茸 筍 玉葱 ウェイパー もち米 人参 れんこん コーン いんげん 豆腐 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 大根 人参 わかめ 玉葱 南瓜 もやし ウェイパー		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
19	水	ご飯 ひりょうず キャベツカレー 味噌汁	ご飯 鶏挽肉 豆腐 玉葱 葱 コーン 卵 パン粉 サラダ油 濃口しょうゆ みりん ツナ キャベツ 玉葱 コーン 人参 カレールウ 味噌 南瓜 人参 もやし 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌		
				牛乳 ルマンドケーキ	牛乳 バター 砂糖 卵 薄力粉 ベーキングパウダー ルマンド
20	木	ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース ポークビーンズ コーンチャウダー	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ サラダ油 唐揚げ粉 豚肉 大豆 人参 玉葱 いんげん ホールトマト コンソメ 砂糖 玉葱 人参 じゃが芋 なす しめじ クリームコーン 牛乳 コンソメ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

1月

21日は非常食を使ったメニューです。

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
21	金	カレーチャーハン ポテトサラダ コンソメスープ フルーツ	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 カレー粉 コンソメ ハム ジャガ芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ じゃが芋 わかめ しめじ 人参 キャベツ ウインナー コンソメ みかん みかん缶	クロレラ	クロレラ
				お菓子	お菓子
22	土	ジャージャー麺 ごぼうサラダ フルーツ	中華麺 豚肉 玉葱 人参 チンゲン菜 もやし ウェイパー 赤味噌 ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ みかん みかん缶	お菓子	お菓子
24	月	ご飯 鶏のパン粉焼き ブロッコリーのクリーム煮 カレースープ	ご飯 鶏肉 卵 パン粉 薄力粉 ケチャップ ウスターソース ホタテ ブロッコリー 玉葱 人参 しめじ ホワイトソース じゃが芋 人参 玉葱 牛肉 キャベツ 薄揚げ カレールウ	牛乳	牛乳
				ミニメロンパン	ミニメロンパン
25	火	ご飯 肉じゃがコロケ ひじき豆腐 清汁	ご飯 じゃが芋 牛挽肉 人参 玉葱 コーン パン粉 濃口しょうゆ 砂糖 鶏挽肉 ひじき 人参 玉葱 コーン 豆腐 濃口しょうゆ みりん チンゲン菜 ごぼう なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳	牛乳
				お菓子	お菓子
26	水	パン 鮭の味噌ミルク煮 ビーフン コンソメスープ	イエローロール 鮭 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 ホタテ ビーフン 人参 しめじ わかめ エリンギ コーン チンゲン菜 濃口しょうゆ みりん 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳	牛乳
				お菓子	お菓子
27	木	ご飯 肉団子 もやしサラダ 味噌汁	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 サラダ油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン キャベツ 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 薄揚げ 人参 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳	牛乳
				白玉団子	豆腐 白玉粉 濃口しょうゆ 砂糖
28	金	ご飯 ブリのエスニック風 ブロッコリーサラダ 大根スープ	ご飯 ブリ 玉葱 カレー粉 粉チーズ 濃口しょうゆ みりん 片栗粉 ケチャップ 砂糖 サラダ油 ベーコン ブロッコリー 玉葱 卵 人参 ホタテ コンソメ 大根 人参 わかめ 玉葱 チンゲン菜 豚挽肉 ウェイパー	牛乳	牛乳
				甘食	バター 砂糖 卵 牛乳 薄力粉 ベーキングパウダー

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

1月

21日は非常食を使ったメニューです。

夕間食はおにぎりです。

日	曜	お昼の献立	お昼の使用材料	午前おやつ 午後おやつ	おやつの使用材料
29	土	麻婆豆腐丼 清汁 フルーツ	ご飯 豚挽肉 豆腐 玉葱 人参 葱 味噌 濃口しょうゆ 砂糖 人参 ごぼう なす じゃが芋 しめじ わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご	お菓子	お菓子
31	月	ご飯 スクエアバーグ マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 チーズ ケチャップ ウスターソース 卵 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 薄揚げ 人参 豆腐 大根 しめじ わかめ だしの素 味噌	牛乳 フリアン	牛乳 アーモンドプードル 粉糖 薄力粉 卵 無塩バター

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品