

2月

17日はクッキングです。

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
1	火	ご飯 鶏の葱ソース揚げ	ご飯 鶏肉 白葱 しょうが みりん 濃口しょうゆ 砂糖 ウスターソース 酒 揚げ油	牛乳 米粉マフィン	牛乳 米粉 牛乳 卵 砂糖 ベーキングパウダー
		牛肉とひじきの炒め物	牛挽肉 大根 ひじき 人参 ごぼう いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 だしの素 炒め油		
		わかめスープ	豚挽肉 絹厚揚げ 大根 人参 南瓜 わかめ ウェイパー 炒め油		
2	水	ご飯 鯖のおろしダレ	ご飯 鯖 大根 葱 濃口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		春雨サラダ	ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 酢 炒め油		
		清汁	豆腐 ごぼう 玉葱 じゃが芋 人参 ほうれんそう だしの素 薄口しょうゆ みりん		
3	木	巻き寿司	ご飯 れんこん 錦糸卵 ウインナー 人参 いんげん しらす干し 焼海苔 たくあん 胡瓜 ツナ 竹輪 人参 すし酢 すしのこ	牛乳 ミニメロンパン	牛乳 ミニメロンパン
		豚汁	豚肉 人参 さつま芋 薄揚げ なす わかめ だしの素 味噌 炒め油		
		フルーツ	バナナ		
4	金	ご飯 ひじき入りつくね	ご飯 ひじき 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 濃口しょうゆ 砂糖	クロレラ チーズ蒸しケーキ	クロレラ ホットケーキミックス 卵 牛乳 クリームチーズ 砂糖
		根菜炒め	豚挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン いんげん 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油		
		中華スープ	わかめ 玉葱 大根 なす 南瓜 絹厚揚げ ウェイパー		
5	土	中華丼	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 炒め油	お菓子	お菓子
		わかめスープ	玉葱 豆腐 チンゲン菜 じゃが芋 わかめ ウェイパー 炒め油		
		フルーツ	オレンジ みかん缶		
7	月	ご飯 カレイのパン粉焼き	ご飯 カレイ 卵 パン粉 薄力粉 バター 濃口しょうゆ 砂糖	牛乳 ミニあんパン	牛乳 ホットケーキミックス サラダ油 つぶあん
		ほうれん草のゴマ和え	ほうれんそう 薄揚げ 人参 ひじき コーン しらす干し ゴマ 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油		
		味噌汁	大根 人参 絹厚揚げ ごぼう さつま芋 わかめ だしの素 味噌		
8	火	パン 鶏のトマト煮	イエローロール 鶏肉 人参 玉葱 マッシュルーム いんげん コーン 大豆 デミグラスソース ケチャップ 砂糖 炒め油	牛乳 わんぱく焼き	牛乳 ご飯 薄力粉 しらす干し 味噌 あおのり かつお節 ゴマ サラダ油
		スパニッシュオムレツ	赤ピーマン じゃが芋 玉葱 ほうれんそう ハム チーズ コンソメ 卵 炒め油		
		カレースープ	豚肉 人参 玉葱 なす しめじ 南瓜 カレールウ 炒め油		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

2月

17日はクッキングです。

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
9	水	ご飯 ツナナゲット ごぼうサラダ コーンチャウダー	ご飯 鶏挽肉 豆腐 ツナ 卵 パン粉 コンソメ ケチャップ 砂糖 ツナ ハム 人参 ごぼう 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 ウインナー 大根 人参 マッシュルーム 薄揚げ ジャが芋 クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 プリン	牛乳 プリンの素 牛乳
10	木	鮭わかめご飯 タラのチリソース ささみサラダ コンソメスープ フルーツ	ご飯 鮭わかめふりかけ タラ 白葱 しょうが ケチャップ 砂糖 酒 揚げ油 ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし ごま油 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 人参 玉葱 豆腐 わかめ なす 南瓜 コンソメ バナナ	気になる野菜 サツマイモのタルト	気になる野菜 薄力粉 バター 砂糖 牛乳 食塩 さつま芋
12	土	ハヤシライス 清汁 フルーツ	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 炒め油 薄揚げ 大根 わかめ 人参 さつま芋 だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご	お菓子	お菓子
14	月	ご飯 プリのピカタ じゃが芋の味噌バター炒め 中華スープ	ご飯 プリ 卵 薄力粉 食塩 塩コショウ ケチャップ ウスターソース ごま油 砂糖 じゃが芋 人参 玉葱 ツナ いんげん 味噌 バター コンソメ 豚肉 絹厚揚げ 人参 もやし 南瓜 わかめ ウエイパー 炒め油	牛乳 ケーキサレ	牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 玉葱 ピーマン ウインナー 卵 粉チーズ 塩コショウ バター
15	火	パン 鶏のクリーム煮 ミートスパゲッティ コンソメスープ	ワッサンデニッシュ 鶏肉 玉葱 人参 いんげん ホワイトソース コンソメ 豚挽肉 スパゲッティ 人参 玉葱 なす デミグラスソース ケチャップ 炒め油 豆腐 大根 人参 ジャが芋 キャベツ マッシュルーム コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
16	水	ご飯 カレイのきのこあんかけ ひじき豆腐 味噌汁	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 鶏挽肉 ひじき 人参 玉葱 コーン 豆腐 濃口しょうゆ みりん 炒め油 玉葱 人参 薄揚げ 白菜 しめじ さつま芋 だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
17	木	ご飯 肉じゃが 卵焼き 清汁	ご飯 牛肉 玉葱 人参 ジャが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 炒め油 ハム チーズ コーン 玉葱 人参 しめじ 卵 濃口しょうゆ コンソメ 炒め油 大根 絹厚揚げ 人参 ほうれんそう 南瓜 わかめ だしの素	牛乳 巻き巻きロールパン	牛乳 食パン スライスチーズ ウインナー

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

2月

17日はクッキングです。

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
18	金	カレーライス ツナサラダ フルーツ	ご飯 牛肉 人参 玉葱 じゃが芋 カレールウ 炒め油 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 マヨネーズ 炒め油 オレンジ みかん缶		
				クロレラ スノーボール	クロレラ 薄力粉 砂糖 サラダ油
21	月	ご飯 鮭のゴマしょうゆ焼 ビーフン 味噌汁	ご飯 鮭 濃口しょうゆ 砂糖 みりん 黒ごま ゴマ 豚挽肉 ビーフン 人参 しめじ コーン 玉葱 濃口しょうゆ みりん 炒め油 大根 人参 玉葱 さつまいも 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
				牛乳 シフォンケーキ	牛乳 卵 サラダ油 グラニュー糖 薄力粉 ベーキングパウダー レモン汁 牛乳
22	火	ちゃんぽん麺 ほうれん草の炒り煮 フルーツ	中華麺 豚肉 人参 玉葱 筍 キャベツ ウエイパー 濃口しょうゆ 炒め油 しらす干し 人参 薄揚げ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 バナナ		
				牛乳 ジャーマンポテトパイ	牛乳 じゃが芋 ベーコン コンソメ 塩コショウ パイシート
24	木	ご飯 鶏つくねの香り焼 柳川風煮 清汁	ご飯 鶏挽肉 玉葱 卵 パン粉 あおのり 濃口しょうゆ 砂糖 豚肉 人参 玉葱 ごぼう 糸こんにゃく いんげん 卵 だしの素 濃口しょうゆ みりん 炒め油 大根 人参 豆腐 じゃが芋 チンゲン菜 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 スコーン	牛乳 薄力粉 砂糖 ベーキングパウダー 牛乳 バター 卵
25	金	ご飯 鯖の竜田揚げ ひじきのドレッシング和え 豚汁	ご飯 鯖 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油 ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 豚肉 人参 玉葱 ごぼう 薄揚げ さつまいも だしの素 味噌 炒め油		
				クロレラ バタークッキー	クロレラ バター 砂糖 牛乳 薄力粉
26	土	麻婆豆腐丼 中華スープ 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 炒め油 大根 人参 絹厚揚げ わかめ もやし 南瓜 ウエイパー りんご		
				お菓子	お菓子
28	月	パン ハンバーグ グリーンサラダ コンソメスープ	クリームエスカルゴ 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 ほうれんそう 人参 キャベツ ハム コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 炒め油 玉葱 人参 豆腐 じゃが芋 なす わかめ コンソメ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品