

11月

10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 カレイのきのこあんかけ すき焼き風煮 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 牛挽肉 玉葱 ごぼう 人参 糸こんにゃく エリンギ 葱 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 大根 人参 薄揚げ 南瓜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
2	水	パン 鶏のケチャップ煮 キッシュ コンソメスープ	ワッサンデニッシュ 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 炒め油 ベーコン 卵 玉葱 ほうれんそう マッシュルーム チーズ コンソメ 炒め油 じゃが芋 わかめ しめじ 人参 キャベツ ウィンナー コンソメ	牛乳 マシュマロサンド	牛乳 マリービスケット マシュマロ
4	金	ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース 大豆カレー わかめスープ	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ 揚げ油 唐揚げ粉 合挽肉 豚挽肉 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 炒め油 豚挽肉 絹厚揚げ チンゲン菜 人参 じゃが芋 わかめ 卵 ウェイパー 炒め油	牛乳 サワークリームケーキ	牛乳 バター 砂糖 卵 サワークリーム 薄力粉 ベーキングパウダー 牛乳
5	土	味噌ラーメン ごぼうサラダ フルーツ	中華麺 焼豚 人参 玉葱 チンゲン菜 わかめ ウェイパー 味噌 ツナ ハム 人参 ごぼう コーン マヨネーズ 炒め油 バナナ	お菓子	お菓子
7	月	ご飯 ブリの味噌カツ 南瓜のクリーミーサラダ かき玉スープ	ご飯 ブリ 薄力粉 卵 パン粉 赤味噌 砂糖 揚げ油 南瓜 胡瓜 コーン ベーコン 玉葱 人参 生クリーム コンソメ 炒め油 人参 大根 わかめ じゃが芋 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん サラダ油
8	火	ご飯 カレーミートボール ブロッコリーの親子とじ 中華スープ	ご飯 合挽肉 玉葱 人参 コーン いんげん カレールウ 鶏挽肉 ブロッコリー 人参 玉葱 コーン 卵 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 わかめ 人参 もやし 玉葱 じゃが芋 豆腐 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
9	水	ご飯 スズキの味噌ミルク煮 ほうれん草の炒り煮 清汁	ご飯 スズキ 人参 じゃが芋 いんげん コンソメ 牛乳 味噌 ベーコン 人参 しめじ コーン ほうれんそう 卵 濃口しょうゆ 砂糖 炒め油 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

10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
10	木	カレーうどん	うどん 牛肉 人参 玉葱 ジャが芋 薄揚げ 葱 カレールウ	牛乳 お好み焼き	牛乳 ツナ キャベツ お好み焼き粉 卵 サラダ油
		大根サラダ フルーツ	だしの素 炒め油 ホタテ 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ マヨネーズ 炒め油 バナナ		
11	金	パン スクエアバーグ ほうれん草のソテー	ワッサンデニッシュ 合挽肉 コーン 玉葱 人参 チーズ ケチャップ ウスターソース 卵 ベーコン ほうれん草 人参 マッシュルーム コーン バター コンソメ	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		ビーフシチュー	牛肉 人参 玉葱 ジャが芋 マッシュルーム しめじ 牛乳 ビーフシチューの素		
14	月	ご飯 ブリの香り揚げ 肉じゃが	ご飯 ブリ 白葱 揚げ油 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 片栗粉 牛肉 玉葱 人参 ジャが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素	牛乳 チーズケーキ	牛乳 クリームチーズ 砂糖 卵 薄力粉 コーンスターチ サワークリーム レモン汁
		清汁	濃口しょうゆ みりん 炒め油 豆腐 薄揚げ 色板 ほうれん草 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
15	火	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え	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 炒め油	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		味噌汁	大根 チンゲン菜 しめじ さつま芋 絹厚揚げ わかめ だしの素 味噌		
16	水	鮭わかめご飯 チキン南蛮 クリームスパゲッティ	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 濃口しょうゆ 砂糖 酢 マヨネーズ 揚げ油 ツナ ホタテ スパゲッティ 玉葱 マッシュルーム ほうれん草 生クリーム コンソメ 炒め油	ジョア ミニメロンパン	ジョア ミニメロンパン
		カレースープ	ウインナー 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳		
17	木	ご飯 焼きコロッケ	ご飯 豚挽肉 さつま芋 ジャが芋 玉葱 パン粉 牛乳 ケチャップ 砂糖 炒め油	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ひじきのかわり煮	ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん コーン コンソメ 砂糖 炒め油		
18	金	パン グラタン	丸ロール 鶏挽肉 玉葱 人参 マッシュルーム コーン ホタテ ブロッコリー マカロニ ホワイトソース 牛乳 炒め油 コンソメ	牛乳 焼おにぎり	牛乳 かつお節 濃口しょうゆ みりん ご飯 葱 ゴマ
		コールスローサラダ コンソメスープ	ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 炒め油 ベーコン 大根 わかめ しめじ 人参 白菜 コンソメ		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

10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
19	土	親子丼	ご飯 鶏肉 人参 玉葱 しめじ 卵 葱 だしの素 濃口しょうゆ	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	みりん 炒め油 大根 人参 ごぼう 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
21	月	カレーチャーハン	ご飯 豚挽肉 人参 玉葱 コーン しめじ 葱 カレー粉 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		春雨サラダ	炒め油 ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢		
		清汁	炒め油 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
22	火	ご飯 鯖の幽庵焼き	ご飯 鯖 味ぼん 砂糖 白味噌	牛乳 チーズクッキー	牛乳 無塩バター 粉糖 卵 薄力粉 粉チーズ
		ジャーマンポテト かき玉スープ	ツナ ベーコン じゃが芋 しめじ コーン 玉葱 赤ピーマン コンソメ バター 人参 大根 わかめ 南瓜 チンゲン菜 しめじ 卵 ウェイパー		
24	木	ご飯 ナゲット	ご飯 鶏挽肉 豆腐 卵 パン粉 コンソメ ケチャップ 砂糖	牛乳 ぼうしパン	牛乳 ミネラルロール バター 卵 薄力粉 砂糖
		切り干し大根サラダ コンソメスープ	切干しだいこん 人参 胡瓜 コーン 玉葱 味噌 砂糖 濃口しょうゆ 炒め油 ウインナー わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ		
25	金	ご飯 肉団子	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油	クロレラ フロランタン	クロレラ チョコイス アーモンドスライス バター 砂糖 生クリーム
		ひじきのドレッシング和え 味噌汁	ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 南瓜 人参 しめじ チンゲン菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
26	土	ハヤシライス	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ	お菓子	お菓子
		清汁 フルーツ	炒め油 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん りんご		
28	月	ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ビーフン コーンチャウダー	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 炒め油 ウインナー キャベツ 人参 じゃが芋 しめじ なす クリームコーン 牛乳 コンソメ		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

10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
29	火	ご飯 鶏のおろし煮 マカロニサラダ わかめスープ	ご飯 鶏肉 大根 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 片栗粉 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ 炒め油 牛肉 絹厚揚げ 大根 人参 ジャガ芋 わかめ 卵 ウエイパー 炒め油	牛乳 くるくるミートパイ	牛乳 鶏挽肉 豚挽肉 玉葱 コーン ジャガ芋 コンソメ パイシート
30	水	ご飯 鶏と野菜のつくね焼き 春雨カレー かき玉スープ	ご飯 鶏挽肉 玉葱 れんこん ごぼう 葱 濃口しょうゆ みりん 卵 ごま油 春雨 コーン 人参 玉葱 胡瓜 ツナ カレー粉 めんつゆ 炒め油 人参 豆腐 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウエイパー	牛乳 チーズ甘食	牛乳 バター 砂糖 卵 牛乳 薄力粉 粉チーズ ベーキングパウダー