

11月

26日はうめ組のクッキングです

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	金	ご飯 鯖の立田揚げ 根菜炒め	ご飯 鯖 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 牛挽肉 人参 れんこん ごぼう コーン いんげん 濃口しょうゆ 砂糖	クロレラ ぼうしパン	クロレラ ミネラルロール バター 卵 薄力粉 砂糖
		味噌汁	大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌		
2	土	ハヤシライス 清汁	ご飯 牛肉 人参 いんげん 玉葱 マッシュルーム ハヤシルウ 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	お菓子	お菓子
		フルーツ	りんご		
5	火	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 ツナ マカロニ ホワイトソース	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ささみサラダ	ささみ 人参 胡瓜 コーン もやし 玉葱 ごま油 濃口しょうゆ 砂糖		
6	水	カレースープ	薄揚げ 人参 玉葱 南瓜 なす キャベツ カレールウ 牛乳	牛乳 カラフルボール	牛乳 お好み焼き粉 たくあん 冷凍えだまめ ハム 卵
		ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース ほうれん草のゴマ和え	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ 唐揚げ粉 揚げ油 ほうれんそう 薄揚げ 人参 しめじ コーン しらす干し ゴマ 濃口しょうゆ 砂糖		
7	木	味噌汁	大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 スイートポテト	牛乳 卵 さつま芋 砂糖 バター 牛乳
		ご飯 豚みそ焼き	ご飯 豚肉 玉葱 人参 もやし チンゲン菜 赤味噌 酒 砂糖 濃口しょうゆ ゴマ		
8	金	ポテトサラダ	ハム じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 コーン マヨネーズ 豆腐 薄揚げ チンゲン菜 南瓜 竹輪 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子
		清汁	薄口しょうゆ みりん		
9	土	ご飯 ふわふわ焼	ご飯 鶏挽肉 はんぺん れんこん 冷凍えだまめ 卵 パン粉	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	ひじき ツナ 人参 玉葱 いんげん コーン コンソメ 砂糖 人参 大根 じゃが芋 ごぼう ほうれんそう 卵 ウェイパー		
9	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 みりん	お菓子	お菓子
		味噌汁 フルーツ	大根 もやし しめじ ほうれんそう 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

26日はうめ組のクッキングです

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
11	月	ご飯 鮭のかわり焼き ミートスパゲッティ	ご飯 鮭 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ ケチャップ ウスターソース 豚挽肉 ｽﾊﾟゲｯﾃｲ 人参 玉葱 なす デミグラスソース ケチャップ 砂糖	牛乳 カレーパン	牛乳 豚挽肉 玉葱 じゃが芋 パン粉 牛乳 カレールウ ホットケーキミックス
		大根スープ	大根 人参 わかめ 玉葱 ほうれんそう もやし ウェイパー		
12	火	ご飯 肉団子 ナムル風 かき玉スープ	ご飯 豚挽肉 玉葱 椎茸 筍 卵 濃口しょうゆ 砂糖 酢 揚げ油 ほうれんそう 人参 もやし コーン 濃口しょうゆ 鶏ガラスープの素 人参 チンゲン菜 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
13	水	パン タンドリーチキン ほうれん草のソテー	ワッサンデニッシュ 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ベーコン ほうれんそう 人参 玉葱 マッシュルーム コーン バター コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		コーンチャウダー	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		
14	木	ご飯 ブリの香味焼 人参の白和え 豚汁	ご飯 ブリ 濃口しょうゆ 砂糖 白葱 ゴマ 揚げ油 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 豚肉 わかめ 大根 ごぼう ほうれんそう さつまいも だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
15	金	カレーチャーハン ツナサラダ 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 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 人参 マヨネーズ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ バナナ	クロレラ チーズケーキ	クロレラ 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
16	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 胡瓜 コーン マヨネーズ みかん みかん缶	お菓子	お菓子
18	月	ご飯 ブリの味噌カツ もやしサラダ 清汁	ご飯 ブリ 薄力粉 卵 パン粉 赤味噌 砂糖 揚げ油 ハム もやし 人参 玉葱 コーン 胡瓜 濃口しょうゆ 砂糖 酢 豆腐 色板 ほうれんそう 南瓜 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 フワフワパンケーキ	牛乳 ホットケーキミックス ヨーグルト 牛乳 コンデンスミルク

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

26日はうめ組のクッキングです

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	火	パン 鶏のケチャップ煮	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	牛乳 味噌焼おにぎり	牛乳 豚挽肉 ご飯 葱 味噌 砂糖
		キッシュ 南瓜のカレースープ	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 南瓜 人参 玉葱 キャベツ 薄揚げ カレールウ		
20	水	ご飯 カレーの照り焼き 肉じゃが	ご飯 カレー 濃口しょうゆ みりん 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 糸こんにゃく 葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん 砂糖	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		清汁	豆腐 薄揚げ ほうれんそう 大根 人参 わかめ だしの素 薄口しょうゆ みりん		
21	木	鮭わかめご飯 鶏の甘酢あんかけ 春雨サラダ かき玉スープ	ご飯 鮭わかめふりかけ 鶏肉 玉葱 人参 濃口しょうゆ 砂糖 酢 ケチャップ 揚げ油 ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 酢 人参 さつまいも わかめ チンゲン菜 ごぼう しめじ 卵	ジョア フロランタン	ジョア チョコイス アーモンドスライス バター 砂糖 生クリーム
		フルーツ	ウェイパー バナナ		
22	金	ご飯 コロッケ	ご飯 じゃが芋 さつまいも 玉葱 合挽肉 パン粉 卵 薄力粉 揚げ油	牛乳 ミニメロンパン	牛乳 ミニメロンパン
		ひじきのドレッシング和え コンソメスープ	お好みソース ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 濃口しょうゆ 砂糖 大根 わかめ 南瓜 人参 キャベツ ごぼう コンソメ		
25	月	ご飯 鶏のパン粉焼き マカロニサラダ 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 マカロニ 玉葱 人参 ハム 胡瓜 コーン マヨネーズ じゃが芋 人参 玉葱 ほうれんそう なす キャベツ カレールウ 牛乳	牛乳 カスタードボール	牛乳 ホットケーキミックス 卵 グラニュー糖 薄力粉 牛乳
		ご飯 スクエアバーグ	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		
26	火	枝豆のみぞれ和え コンソメスープ	えだまめ コーン 人参 玉葱 ツナ 大根 めんつゆ 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
		ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 ビーフン	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ 鶏挽肉 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		
27	水	かき玉スープ	人参 大根 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

: 赤 : 黄 : 緑 : 除去対象食品

11月

26日はうめ組のクッキングです

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
28	木	ご飯 豚の生姜焼き 卵焼き	ご飯 豚肉 玉葱 人参 エリンギ 葱 しょうが 濃口しょうゆ 酒 砂糖 ハム コーン 玉葱 人参 チンゲン菜 ジャガ芋 卵 濃口しょうゆ コンソメ		
		味噌汁	ほうれんそう 人参 しめじ ごぼう 豆腐 わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
29	金	ご飯 鯖のエスニック風	ご飯 鯖 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 ウスターソース 砂糖 揚げ油		
		ポークビーンズ 中華スープ	豚肉 大豆 人参 玉葱 いんげん ホールトマト コンソメ 砂糖 わかめ 人参 もやし 玉葱 卵 豆腐 ウェイパー	クロレラ チーズクッキー	クロレラ 無塩バター 粉糖 卵 薄力粉 粉チーズ
30	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		
		清汁 フルーツ	豆腐 ほうれんそう 南瓜 人参 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