

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
5	月	鮭チャーハン 春雨カレー 清汁 フルーツ	ご飯 鮭フレーク しらす干し 玉葱 人参 マッシュルーム しめじ 葱 コンソメ ウェイパー 春雨 コーン 人参 玉葱 胡瓜 ツナ カレー粉 めんつゆ 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 みかん みかん缶		
6	火	パン 鮭のかわり焼き ブロッコリーのクリーム煮 コーンチャウダー	ワッサンデニッシュ 鮭 粉チーズ 卵 薄力粉 パン粉 パセリ ケチャップ ウスターーソース ツナ ブロッコリー 玉葱 コーン マッシュルーム 人参 しめじ ホワイトソース ワインナー キャベツ 人参 じゃが芋 玉葱 クリームコーン 牛乳 コンソメ	牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
7	水	ご飯 シャキシャキつくね 大豆カレー 七草スープ	ご飯 鶏挽肉 れんこん ごぼう 玉葱 砂糖 卵 パン粉 濃口しょうゆ 牛挽肉 豚挽肉 大豆 人参 玉葱 いんげん コーン カレールウ 豚挽肉 大根 人参 豆腐 七草セット 薄揚げ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 アイスボックスクッキー	牛乳 バター グラニュー糖 薄力粉 レモン汁 卵 粉糖 アーモンドブーラル
8	木	ご飯 豚の生姜焼き ひじきのドレッシング和え 大根スープ	ご飯 豚肉 玉葱 人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒 ハム ひじき 人参 玉葱 胡瓜 コーン マヨネーズ 大根 人参 ごぼう 玉葱 ほうれんそう もやし ウェイパー		牛乳 お菓子
9	金	ご飯 ブリの香味揚げ ほうれん草の炒り煮 肉すい	ご飯 ブリ 白葱 濃口しょうゆ 砂糖 揚げ油 片栗粉 しらす干し 人参 コーン 薄揚げ ほうれんそう 濃口しょうゆ 砂糖 牛肉 大根 白葱 豆腐 人参 玉葱 だしの素 薄口しょうゆ みりん	クロレラ チーズ入り焼おにぎり	クロレラ かつお節 濃口しょうゆ みりん ご飯 葱 チーズ
10	土	ハヤシライス コンソメスープ 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 大根 わかめ しめじ 人参 キャベツ ごぼう コンソメ りんご	お菓子	お菓子
13	火	ご飯 ヤンニョムチキン ツナサラダ かき玉スープ	ご飯 鶏肉 濃口しょうゆ 砂糖 ケチャップ ウスターーソース 揚げ油 ツナ キャベツ コーン 胡瓜 玉葱 人参 マヨネーズ 人参 大根 わかめ 南瓜 しめじ 卵 ウェイパー	牛乳 フロランタン	牛乳 チョイス アーモンドスライス バター 砂糖 生クリーム

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
14	水	ご飯 カレイのきのこあんかけ 韓国風野菜炒め	ご飯 カレイ しめじ えのき 葱 濃口しょうゆ みりん 揚げ油 だしの素 豚肉 人参 チンゲン菜 箍 玉葱 春雨 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 味噌汁		
		味噌汁	大根 人参 さつま芋 チンゲン菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌	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
15	木	ご飯 スクエアバーグ きのことほうれん草のスパゲッティ コンソメスープ	ご飯 牛挽肉 豚挽肉 コーン 人参 玉葱 チーズ ケチャップ ウスターーソース 卵 ツナ マッシュルーム えのき ほうれんそう コーン 人参 スパゲッティ コンソメ 生クリーム ワインナー 大根 玉葱 しめじ 人参 キャベツ コンソメ		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
16	金	おにぎり 豚汁	鮭わかめぶりかけ ご飯 豚肉 わかめ 大根 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌		
				カルピス スイートポテト	カルピス 卵 さつま芋 砂糖 バター 牛乳
17	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
19	月	ご飯 タラの味噌マヨネーズ焼 ピーフン 清汁	ご飯 タラ 白葱 味噌 マヨネーズ 鶏挽肉 ピーフン 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 豆腐 薄揚げ ほうれんそう 南瓜 人参 大根 だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
20	火	ご飯 もち米シユーマイ 人参の白和え かき玉スープ	ご飯 豚挽肉 椎茸 箍 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 人参 大根 わかめ ジャガ芋 ごぼう 卵 ウェイパー		
				牛乳 ミニメロンパン	牛乳 ミニメロンパン
21	水	ご飯 カレイの照り焼き 春雨サラダ 味噌汁	ご飯 カレイ 濃口しょうゆ みりん ツナ 胡瓜 コーン 春雨 人参 玉葱 濃口しょうゆ 砂糖 醋 鶏肉 わかめ 大根 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子

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
22	木	鮭わかめご飯 鶏南蛮 もやしサラダ コンソメスープ フルーツ	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 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 人参 玉葱 南瓜 なす ウインナー コンソメ みかん みかん缶		
				ジョア チーズ焼きドーナツ	ジョア ホットケーキミックス 卵 プレーンヨーグルト サラダ油 クリームチーズ 砂糖 レモン汁
23	金	ご飯 ブリの味噌カツ コールスローサラダ 清汁	ご飯 ブリ 薄力粉 卵 パン粉 赤味噌 砂糖 揚げ油 ツナ コーン キャベツ 胡瓜 人参 玉葱 マヨネーズ 豆腐 薄揚げ ほうれんそう 南瓜 人参 ごぼう だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				牛乳 フリアン	牛乳 アーモンドブードル 粉糖 薄力粉 卵 無塩バター
24	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 大根 人参 しめじ 白菜 豆腐 わかめ だしの素 味噌 りんご		
				お菓子	お菓子
26	月	ご飯 鶏のパン粉焼き ポークピーンズ 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 豚肉 大豆 人参 玉葱 いんげん ホールトマト コンソメ 砂糖 薄揚げ 人参 玉葱 じゃが芋 なす キャベツ カレールウ 牛乳		
				牛乳 ホットク	牛乳 ホットケーキミックス こしあん
27	火	ご飯 鮭のから揚げ タルタルソース 大根サラダ 豚汁	ご飯 鮭 たくあん 卵 マヨネーズ 揚げ油 唐揚げ粉 ツナ ハム 大根 人参 コーン 胡瓜 キャベツ 味噌 砂糖 豚肉 わかめ さつま芋 ごぼう 白菜 人参 だしの素 味噌		
				牛乳 お菓子	牛乳 お菓子
28	水	パン タンドリーチキン ポテトサラダ コーンチャウダー	丸ロール 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 焼き肉のたれ ハム じゃが芋 人参 胡瓜 玉葱 マヨネーズ ウインナー キャベツ 人参 玉葱 しめじ クリームコーン 牛乳 コンソメ		
				牛乳 大学芋ボール	牛乳 さつま芋 砂糖 バター 牛乳 片栗粉 濃口しょうゆ
29	木	ご飯 鰯のみぞ焼き 肉じゃが かき玉汁	ご飯 鰯 白味噌 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 人参 わかめ 南瓜 ごぼう しめじ 卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん		
				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

1月

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
30	金	ご飯 ハンバーグ 豆腐とひじきの炒り煮 清汁	ご飯 合挽肉 玉葱 パン粉 卵 デミグラスソース 牛乳 鶏挽肉 豆腐 ひじき 人参 ツナ 玉葱 いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん 豆腐 玉葱 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		
31	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 もやし 絹厚揚げ 大根 人参 じゃが芋 わかめ ウェイパー りんご	クロレラ お菓子	クロレラ お菓子