

11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
2	月	ご飯 照り焼きハンバーグ マカロニサラダ 味噌汁	△ご飯 ○合挽肉 □玉葱 パン粉 ○卵 ○牛乳 濃口しょうゆ △砂糖 △マカロニ □玉葱 □人参 ○ハム □胡瓜 □コーン △マヨネーズ □大根 □人参 □しめじ □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌	牛乳 フワフワ焼	○牛乳 △ホットケーキミックス ○ヨーグルト ○卵
4	水	パン 鮭のから揚げ タルタルソース ブロッコリーのクリーム煮 カレースープ	△丸ロール ○鮭 □たくあん ○卵 △マヨネーズ △から揚げ粉 △揚げ油 ○ツナ □ブロッコリー □玉葱 □人参 □しめじ ホワイトソース ○薄揚げ □人参 □玉葱 □南瓜 □なす □キャベツ カレールウ ○牛乳	牛乳 お菓子	○牛乳 △お菓子
5	木	ご飯 鶏のパン粉焼き ほうれん草のソテー 秋野菜スープ	△ご飯 ○鶏肉 ○卵 パン粉 △薄力粉 トマトケチャップ ウスターソース ○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 □白菜 □人参 □しめじ □南瓜 □えのき □ごぼう ウェイパー 薄口しょうゆ	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
6	金	ご飯 カレーのエスニック風 根菜炒め かき玉スープ	△ご飯 ○カレー □玉葱 カレー粉 ○粉チーズ 濃口しょうゆ みりん △薄力粉 コンソメ △砂糖 ○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 □人参 □大根 □わかめ △じゃがいも ○豆腐 □しめじ ○卵 ウェイパー	クロレラ フルーチェ	○クロレラ △フルーチェの素 ○牛乳
7	土	ジャージャー麺 金平ごぼう フルーツ	△中華麺 ○豚肉 □玉葱 □人参 □チンゲンサイ □もやし ウェイパー 赤味噌 ○牛肉 □ごぼう □エリンギ □人参 □いんげん だしの素 濃口しょうゆ みりん □バナナ	お菓子	△お菓子
9	月	タラの味噌マヨネーズ焼 ビーフン 清汁	○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 □チンゲンサイ 濃口しょうゆ みりん ○豆腐 ○薄揚げ □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 お菓子	○牛乳 △お菓子
10	火	ご飯 豚の生姜焼き ツナサラダ 味噌汁	△ご飯 ○豚肉 □玉葱 □人参 しょうが 濃口しょうゆ 酒 ○ツナ □キャベツ □コーン □胡瓜 □人参 △マヨネーズ △さつまいも □人参 □しめじ □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	○牛乳 △お菓子

○: 赤 △: 黄 □: 緑 ★: 除去対象食品

11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
11	水	ご飯 肉団子の甘酢あん 白菜と厚揚げの煮物 清汁	△ご飯 ○豚挽肉 □玉葱 □椎茸 □筍 ○卵 濃口しょうゆ △砂糖 酢 △揚げ油 ○ツナ ○絹厚揚げ □白菜 □人参 □葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん ○豆腐 □ごぼう □ほうれんそう □南瓜 □人参 □しめじ だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ふのラスク	○牛乳 △ふ △バター △砂糖
12	木	ご飯 鮭のかわり焼き ごぼうサラダ 白菜スープ	△ご飯 ○鮭 ○粉チーズ ○卵 △薄力粉 パン粉 パセリ トマトケチャップ ウスターソース ○ツナ ○ハム □人参 □ごぼう □胡瓜 □コーン △マヨネーズ ○ベーコン □白菜 □わかめ □玉葱 □人参 △じゃがいも コンソメ	牛乳 もっちりドーナツ	○牛乳 ○豆腐 △白玉粉 △ホットケーキミックス △粉糖 △揚げ油
13	金	パン チキンカツ和風ソース 大豆カレー コーンチャウダー	△ワッサンデニッシュ ○鶏肉 △薄力粉 ○卵 パン粉 △揚げ油 △砂糖 △バター 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 ○ウインナー □キャベツ □人参 △じゃがいも □しめじ □なす □クリームコーン ○牛乳 コンソメ	クロレラ 芋っち団子	○クロレラ △さつまいも △砂糖 △米粉 食塩 △揚げ油
14	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 □チンゲンサイ △じゃがいも ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌 □オレンジ □みかん缶	お菓子	△お菓子
16	月	ご飯 カレイの照り焼き 肉じゃが 豚汁	△ご飯 ○カレイ 濃口しょうゆ みりん ○牛肉 □玉葱 □人参 △じゃがいも △糸こんにゃく □葱 だしの素 濃口しょうゆ みりん ○豚肉 △さつまいも □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
17	火	ご飯 鶏のケチャップ煮 ひじき入り卵焼き コンソメスープ	△ご飯 ○鶏肉 □人参 □玉葱 □マッシュルーム □コーン □冷凍えだまめ □しめじ □なす デミグラスソース ○卵 □ひじき ○ツナ □玉葱 □葱 濃口しょうゆ みりん □大根 △じゃがいも □しめじ □人参 □キャベツ □ごぼう コンソメ	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
18	水	ご飯 もち米シューマイ 人参の白和え かき玉汁	△ご飯 ○豚挽肉 □椎茸 □筍 □玉葱 ウエイパー △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 □南瓜 □ごぼう □ほうれんそう ○卵 だしの素 薄口しょうゆ みりん	牛乳 ミニメロンパン	○牛乳 △ミニメロンパン

○: 赤 △: 黄 □: 緑 ★: 除去対象食品

11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
19	木	鮭わかめご飯 鶏のおろし煮 きのこほうれん草のスパゲッティ 大根スープ フルーツ	△ご飯 鮭わかめふりかけ ○鶏肉 □大根 □葱 濃口しょうゆ みりん △揚げ油 △片栗粉 ○ツナ □しめじ □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 □大根 □人参 □わかめ □玉葱 □南瓜 □もやし ウェイパー □みかん □みかん缶	ジョア さつまいものくるくるパイ	○ジョア △さつまいも △砂糖 △バター △パイシート ○牛乳 ○卵黄
20	金	ご飯 ブリのゴマダレ焼 コールスローサラダ 清汁	△ご飯 ○ブリ □白葱 濃口しょうゆ みりん △ゴマ △砂糖 ○ツナ □コーン □キャベツ □胡瓜 □人参 □玉葱 △マヨネーズ ○豆腐 □ごぼう □チンゲンサイ □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
21	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 ○豆腐 △さつまいも □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
24	火	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 △じゃがいも □人参 □胡瓜 □コーン □玉葱 △マヨネーズ ○ウインナー □キャベツ □人参 □玉葱 □しめじ □なす □クリームコーン ○牛乳 コンソメ	牛乳 味噌焼おにぎり	○牛乳 △ご飯 ○かつお節 □葱 味噌 △砂糖 △ゴマ
25	水	ご飯 カレイのきのこあんかけ ほうれん草の炒り煮 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 ○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 □大根 □人参 □しめじ □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌	牛乳 ヨーグルトケーキ	○牛乳 ○卵 △砂糖 ○ヨーグルト ○牛乳 △薄力粉 ベーキングパウダー △バター
26	木	ご飯 コロッケ ひじきのドレッシング和え コンソメスープ	△ご飯 ○合挽肉 △じゃがいも △さつまいも □玉葱 □コーン △薄力粉 ○卵 パン粉 ○牛乳 トマトケチャップ △揚げ油 ○ハム □ひじき □人参 □玉葱 □胡瓜 □コーン △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	牛乳 お菓子	○牛乳 △お菓子
27	金	ご飯 シャキシャキつくね 和風サラダ カレースープ	△ご飯 ○鶏挽肉 □ごぼう □れんこん □玉葱 ○牛乳 ○卵 パン粉 濃口しょうゆ △砂糖 ○ツナ □人参 □キャベツ □胡瓜 □わかめ めんつゆ ○薄揚げ □人参 □玉葱 △じゃがいも □なす □キャベツ カレールウ ○牛乳	クロレラ 豆腐ドーナツ	○クロレラ △ホットケーキミックス ○豆腐 △砂糖 ○卵 △揚げ油

○: 赤 △: 黄 □: 緑 ★: 除去対象食品

11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
28	土	味噌ラーメン 五目大豆 フルーツ	△中華麺 ○焼豚 □人参 □玉葱 □チンゲンサイ □わかめ ウェイパー 味噌 ○ツナ ○大豆 □人参 □玉葱 △こんにゃく □いんげん □コーン だしの素 濃口しょうゆ みりん □みかん □みかん缶	お菓子	△お菓子
30	月	ご飯 鶏の照り焼き 春雨サラダ 味噌汁	△ご飯 ○鶏肉 濃口しょうゆ みりん 酒 ○ツナ □胡瓜 □コーン △春雨 □人参 □玉葱 濃口しょうゆ △砂糖 酢 □大根 □人参 □ごぼう □白菜 ○豆腐 □わかめ だしの素 味噌	牛乳 お菓子	○牛乳 △お菓子

○: 赤 △: 黄 □: 緑 ★: 除去対象食品