

献立表 普通食

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
						1		2		3		
						お月見メニュー						
							御飯 七分つき米 豆腐の肉あんかけ 大根と人参の甘酢和え さといものみそ汁		三色そばろ ビーマンのツナあん たまねぎのみそ汁 みかん缶		牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳
							牛乳 さつま芋団子		牛乳 大豆のクッキー		牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	牛乳 牛乳 牛乳 牛乳
5		6		7		8		9		10		
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳	
カレー五目あんかけ	かれい 酒 しょうが 片栗粉 油 たまねぎ にんじん たけのこ (ゆで) さやえんどう かつお・昆布だし汁 しょうゆ きり砂糖 みりん 片栗粉	回鍋肉	豚肉 にんじん キャベツ たまねぎ ビーマン しいたけ 油 みそ きり砂糖 酒 しょうゆ	鶏肉のトマト煮	鶏もも肉 塩 片栗粉 たまねぎ にんじん ビーマン 黄ピーマン 塩 ホーランドマドレ粉 コンソメ 塩 パセリ粉 きり砂糖 クチャップ 水	豚肉のしょうが焼き	豚肉 にんじん たまねぎ ねぎ しょうゆ しょうが 酒 油	いわしの電田揚げ	いわし しょうが しょうゆ 酒 片栗粉 油	パン	クリームツリスト	
ほうれん草の納豆和え	ほうれんそう にんじん 焼きわら納豆 しょうゆ かつお節	春雨サラダ	はるきめ にんじん きゅうり 酢 しょうゆ きり砂糖 こま油	かぼちゃサラダ	かぼちゃ にんじん きゅうり マヨドレ	ブロッコリーと人参のおか和え	ブロッコリー にんじん かつお節 しょうゆ	小松菜とコーンのごま和え	こまつな にんじん コーン缶 しょうゆ きり砂糖 こま油	チーズ	チーズ	
じゃがいものみそ汁	じゃがいも たまねぎ カットわかめ かつお・昆布だし汁 みそ	中華スープ	チンゲンサイ にんじん コーン缶 水 鶏からスープ	野菜スープ	ほうれんそう しめじ にんじん 鶏からスープ	かぶのみそ汁	かぶ かつお・葉 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	ゼリー	とろけるゼリー	
牛乳	牛乳	飲むヨーグルト	飲むヨーグルト	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
おはぎ	七分つき米 もち米 きな粉 きり砂糖 あずき (ゆで)	せんべい・小魚	塩せんべい いわし(天干し) 水	クリームサンド	生パン きり砂糖 コーンスターチ 豆乳 パン エラシエンス	ナポリタン	スパゲティー ウィンナー たまねぎ にんじん クチャップ 水 コンソメ	キャロットケーキ	にんじん ホットケーキ粉 豆乳 オリーブ油 きり砂糖	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー	
12		13		14		15		16		17		
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	ロールパン	ロールパン	御飯	七分つき米	牛乳	牛乳	
さわらの西京焼き	さわら みそ きり砂糖 みりん 酒 油	肉団子と野菜の煮物	豚ひき肉 鶏ひき肉 にんじん ねぎ しょうが 酒 塩 片栗粉 だいこん かつお・昆布だし汁 しょうゆ みりん 片栗粉 こまつな	まぐろのフライ	まぐろ 塩 小麦粉 パン粉 油 ウスターソース フチャップ	このクリームシチュー	鶏もも肉 さつまいも にんじん たまねぎ しめじ シチュー粉 豆乳 水	豚肉と野菜のカレー炒め	豚肉 酒 塩 カレー粉 片栗粉 たまねぎ にんじん ビーマン 油 塩 コンソメ クチャップ	パン	ホワイトミルク	
チンゲン菜の和え物	チンゲンサイ にんじん しょうゆ きり砂糖	ひじきのさっぱり和え	ひじき ツナ水漬物 キャベツ にんじん しょうゆ 酢 きり砂糖	コールスローサラダ	キャベツ チンゲンサイ にんじん 酢 きり砂糖 油	ブロッコリーのサラダ	ブロッコリー にんじん コーン缶 マヨドレ	大根のじゃこゆかり和え	だいこん にんじん しらす干し ゆかり しょうゆ	チーズ	チーズ	
はくさいのすまし汁	はくさい にんじん たまねぎ かつお・昆布だし汁 しょうゆ	おろのみそ汁	おろゆらぎ にんじん たまねぎ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	野菜のみそ汁	かぶ さつまいも にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	バナナ	バナナ	キャベツのみそ汁	キャベツ たまねぎ 油揚げ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	ゼリー	とろけるゼリー	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
おからスコーン	ホットケーキ粉 おから 豆乳 オリーブ油 いちごジャム きり砂糖	マッシュマリッツサンド	クラッカー マッシュマロ	みたらし団子	七分つき米 もち米 しょうゆ きり砂糖 水 片栗粉	手作りふりかけおにぎり	七分つき米 いわし(天干し) あおのり ゆかり	コーンフレーク	コーンフレーク 牛乳 干しとうとう	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー	
19		20		21		22		23		24		
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米			
鮭のごま衣焼き	さけ 塩 米糠 ごま 塩 水 油	炒り豆腐	木綿豆腐 鶏ひき肉 ひじき 干しいたけ にんじん たまねぎ さやえんどう 酒 しょうゆ みりん きり砂糖 片栗粉	豚肉と青菜の炒め物	豚肉 こまつな にんじん たまねぎ しょうゆ みりん こしょう 油	鶏ささ身の甘酢あんかけ	鶏ささ身 酒 塩 こしょう 片栗粉 きり砂糖 たまねぎ チンゲンサイ にんじん こまつな 水 酢 しょうゆ 塩 片栗粉 きり砂糖	さんまの塩焼き	さんま 塩			
チンゲン菜のとうろみ炒め	チンゲンサイ にんじん えのきたけ 油 水 鶏からスープ 塩 片栗粉	白菜のお浸し	はくさい しめじ にんじん しょうゆ きり砂糖 かつお節	キャベツのたくあん和え	キャベツ にんじん だいこん (たくあん) しょうゆ	大豆とひじきのサラダ	だいず (ゆで) ひじき きゅうり にんじん マヨドレ しょうゆ	白菜とほうれん草の臘あえ	はくさい ほうれんそう 焼きのり しょうゆ			
大根のみそ汁	だいこん にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	かぼちゃのみそ汁	かぼちゃ キャベツ えのきたけ ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	わかめのみそ汁	カットわかめ にんじん えのきたけ かつお・昆布だし汁 みそ	さつまいものみそ汁	さつまいも にんじん ねぎ かつお・昆布だし汁 みそ	かぶ豚汁	豚肉 かぶ にんじん たまねぎ ねぎ 油揚げ しょうゆ かつお・昆布だし汁 みそ			
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳			
りんごのコンポート	りんご きり砂糖 レモン果汁 水	わかめおにぎり	七分つき米 炊き込みわかめ	せんべい・小魚	塩せんべい いわし(天干し) 水	ミルクパン	ミルクパン	焼きそば	焼きそばめん キャベツ ウィンナー あおのり 塩 焼きそばソース			
せんべい	塩せんべい			クッキー(乳児ウエハース)	クッキー ウエハース							
26		27		28		29		30		31		
御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	御飯	七分つき米	【お子様ランチ】 ピラフ		ハロウィン				
カレーの照り焼き	かれい みりん しょうゆ 酒 きり砂糖 油	鮭のちやんちゃん焼き	さけ キャベツ たまねぎ にんじん しめじ みそ きり砂糖 酒 しょうゆ	豚肉のすき焼き風煮物	豚肉 焼き豆腐 はくさい たまねぎ えのきたけ ねぎ しらす干し しょうゆ みりん きり砂糖	ナポリタン	スパゲティー たまねぎ クチャップ 水 コンソメ	チキンカレー	七分つき米 鶏もも肉 じゃがいも たまねぎ にんじん フライパンソース 塩 油 しょうゆ	牛乳	牛乳	
ブロッコリーの和え物	ブロッコリー にんじん しょうゆ きり砂糖	きゅうりの酢の物	きゅうり カットわかめ 酢 しょうゆ きり砂糖	ほうれん草のしらす和え	ほうれんそう にんじん しらす干し しょうゆ きり砂糖	ウィンナー	ウィンナー	大根とツナのサラダ	だいこん にんじん きゅうり ツナ水漬物 コーン缶 マヨドレ	牛乳	牛乳	
こまつなのみそ汁	こまつな たまねぎ にんじん かつお・昆布だし汁 みそ	かぶのみそ汁	かぶ かつお・葉 にんじん かつお・昆布だし汁 しょうゆ	しめじのみそ汁	しめじ にんじん 油揚げ かつお・昆布だし汁 みそ	コンソメスープ	キャベツ じゃがいも にんじん 水 コンソメ	柿	かき	中華あんかけ丼	七分つき米 豚肉 にんじん たまねぎ はくさい 塩 油 片栗粉 こま油	
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
スイートポテト	さつまいも きり砂糖 オリーブ油 豆乳	チヂミ	にら 豚ひき肉 コーン缶 塩 おから 片栗粉 水 こま油 しょうゆ きり砂糖	ヨーグルト・バナナ	ヨーグルト(加糖) バナナ	ココアケーキ	ココア(ビュアココア) ホットケーキ粉 豆乳 オリーブ油 きり砂糖 ホイップクリーム	パンキンケーキ	ホットケーキ粉 かぼちゃ 豆乳 きり砂糖 オリーブ油	せんべい・クッキー	塩せんべい クッキー	

仕入れ状況により材料および献立が変更になる場合があります。