



献立表

完了食・幼児食

献立作成者 植

日 曜 日	行事	献立名	材料名(昼食・3時おやつ)					
			10時おやつ 3時おやつ	ストロング	パウロ	ヘルシー	その他	
02 (月)		御飯 大根おろしハンバーグ ピーマンとよしの炒め物 白菜の和え物	厚揚げのみそ汁	りんご じゃがいもの煮物	牛ひき肉、豚ひき肉、生揚げ、淡色みそ	米、小麦粉、パン粉、きび砂糖、油、砂糖	はくさい、たまねぎ、もやし、ピーマン、トマト、だいこん、にんじん、しめじ、こねぎ	煮干だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、食塩、酢
03 (火)	ひなまつりメニュー	ちらし寿司 鶏肉のごま焼き ほうれん草の和え物 菜の花いりすまし汁	バナナ	りんご さつまいもケーキ	鶏もも肉、牛乳、たい、鶏ひき肉	米、小麦粉、きび砂糖	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、もやし、にんじん、なばな、いちご、れんこん、こねぎ、いんげん、焼きのり	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん、酢、食塩
04 (水)		御飯 魚の煮物 れんこんのサラダ きゅうりとよしの酢の物	ニラのすまし汁	バナナ 野菜うどん	たい、うす揚げ	うどん、米、小麦粉、パン粉、きび砂糖	たまねぎ、にんじん、れんこん、もやし、にら、きゅうり、こまつな、ひじき	かつお・昆布だし汁、みりん、濃口しょうゆ、ケチャップ、食塩、酢、中華だし、素、こ
05 (木)		御飯 鶏肉の煮物 パスタサラダ ひじきの煮物	わかめとたまねぎのすまし汁	バナナ りんご寒天	鶏もも肉(皮付き)、うす揚げ	米、スパゲティ、きび砂糖	りんご濃縮果汁、にんじん、ひじき、たまねぎ、きゅうり、オレンジ、さやえんどう、こねぎ、粉かんでん、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、ケチャップ、本みりん、酢、食塩
06 (金)		スタミナ丼 ごぼうと胡瓜の和え物 キャベツのみそ汁 オレンジ		豆乳スープ 豆腐のあずき煮	豚肉(もも)、木綿豆腐、あずき(乾)、米みそ(淡色辛みそ)	米、砂糖	オレンジ、たまねぎ、はくさい、ごぼう、こねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、にら、ごま	煮干だし汁、濃口しょうゆ、みりん、食塩
07 (土)		チキンライス ほうれん草のごま和え しめじと人参のスープ バナナ		菓子 じゃがいもの煮物	鶏ひき肉	米、じゃがいも、片栗粉、きび砂糖	バナナ、もやし、ほうれんそう、にんじん、しめじ、たまねぎ、ピーマン、パセリ、ごま	ケチャップ、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩
09 (月)		御飯 魚のかば焼き ブロッコリーのごま味噌和え はるさめサラダ	わかめのすまし汁	りんご バナナ	たい、木綿豆腐、米みそ(淡色辛みそ)、淡色みそ	米、小麦粉、はるさめ、きび砂糖	ブロッコリー、バナナ、にんじん、こねぎ、きゅうり、ごま、カットわかめ	煮干だし汁、濃口しょうゆ、本みりん、酢、みりん
10 (火)		カレーライス コールスロー 洋風スープ オレンジ		さつまいもの煮物 かぼちゃの煮物	豚肉(もも)、豚ひき肉、うす揚げ	米、小麦粉、じゃがいも、きび砂糖	オレンジ、たまねぎ、はくさい、にんじん、キャベツ、とうもろこし、たけのこ、ピーマン、パセリ、干ししいたけ	カレールー、濃口しょうゆ、食塩、洋風だし、ドライイースト
11 (水)	らいおん組 バイキング 給食	わかめご飯 鶏肉の煮物 マカロニサラダ じゃがいもの煮物	きのこの味噌汁	バナナ りんごのコンポート	鶏もも肉、木綿豆腐、淡色みそ	米、じゃがいも、マカロニ、油、きび砂糖、片栗粉	えのきたけ、にんじん、きゅうり、カットわかめ	煮干だし汁、本みりん、濃口しょうゆ、料理酒、食塩
12 (木)		御飯 照焼つくね ひじきの納豆和え もやしと小松菜のナムル	豆腐と大根のすまし汁	粉ふき芋 さつまいもの煮物	牛ひき肉、木綿豆腐、納豆、豚ひき肉、花かつお節	米、小麦粉、きび砂糖	たまねぎ、もやし、ひじき、だいこん、こまつな、にんじん、こねぎ	濃口しょうゆ、本みりん、食塩
13 (金)		御飯 焼きコロッケ きゅうりとわかめのサラダ パスタのケチャップソース	もずくのすまし汁	豆乳スープ かぼちゃの煮物	豚ひき肉、牛ひき肉	米、じゃがいも、きび砂糖、スパゲティ、小麦粉、パン粉	たまねぎ、もずく、きゅうり、ピーマン、こねぎ、カットわかめ	ケチャップ、濃口しょうゆ、米酢、みりん、食塩、こしょう
16 (月)		きのこの混ぜご飯 甘酢肉団子 ♥かぼちゃの甘がらめ 白菜のみそ汁	3色ナムル	いりこ・バナナ さつまいもの煮物	豚ひき肉、鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、小麦粉、きび砂糖、片栗粉、パン粉	かぼちゃ、もやし、はくさい、たまねぎ、にんじん、しめじ、こねぎ、きゅうり、えのきたけ、ごま、カットわかめ	煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、ケチャップ、本みりん、酢、みりん、食塩
17 (火)		御飯 魚の煮物 れんこんのさんぴら ♥豆腐のサラダ	大根のみそ汁	りんご じゃがいもの煮物	木綿豆腐、たい、米みそ(淡色辛みそ)	米、小麦粉、パン粉、きび砂糖	れんこん、もやし、にんじん、だいこん、きゅうり、こねぎ、ごま	煮干だし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、酢、みりん
18 (水)		御飯 鶏肉のカレーパン粉焼き 青梗菜と人参の和え物 切り干し大根の煮物	キャベツとしめじのすまし汁	バナナ ひじきおにぎり	鶏もも肉(皮付き)、うす揚げ	米、砂糖、パン粉、きび砂糖	にんじん、チンゲンサイ、キャベツ、しめじ、切り干しだいこん、ひじき、いんげん	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん、本みりん、カレールー、食塩
19 (木)		わかめうどん 鶏肉の煮物 白菜とほうれん草の和え物 バナナ		豆乳スープ さつまいもの煮物	鶏もも肉、花かつお節	生うどん、さつまいも、小麦粉、きび砂糖	バナナ、たまねぎ、はくさい、万能ねぎ、ほうれんそう、にんじん、こねぎ、こんぶ(だし用)、カットわかめ	濃口しょうゆ、みりん、食塩
21 (土)		豚肉チャーハン 野菜サラダ 白菜スープ りんご		菓子 きなこ蒸しパン	豚ひき肉、きな粉	米、小麦粉、きび砂糖	りんご、キャベツ、たまねぎ、にんじん、こまつな、ピーマン、はくさい、トマト、きゅうり、パセリ、あおのり	料理酒、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩
23 (月)		御飯 ♥ヤンニョムチキン 大根の煮物 野菜炒め	なめこのみそ汁	バナナ 海苔巻き 青のりおにぎり	米みそ(淡色辛みそ)、うす揚げ	米、きび砂糖	キャベツ、だいこん、たまねぎ、きゅうり、にんじん、なめこ、こねぎ、ピーマン、焼きのり、カットわかめ	かつお・昆布だし汁、酢、濃口しょうゆ、ウスターソース、食塩、こしょう
24 (火)		タコライス かぼちゃサラダ きのこスープ りんご		粉ふき芋 さつまいものあずき煮	豚ひき肉、牛ひき肉、あずき(乾)	米、小麦粉、きび砂糖	りんご、かぼちゃ、たまねぎ、キャベツ、しめじ、きゅうり、えのきたけ、パセリ	ケチャップ、洋風だし、カレールー、食塩
25 (水)		御飯 鶏肉の照焼 小松菜の白和え みそ大根	そうめん汁	かぼおちやの煮物 バナナ	鶏もも肉、木綿豆腐、みそ(無添加)	米、きび砂糖、干しそうめん	バナナ、たまねぎ、だいこん、にんじん、こまつな、こねぎ、ごま	かつお・昆布だし汁、濃口しょうゆ、みりん、料理酒、食塩
26 (木)		わかめご飯 魚の煮つけ ピーマン かぼちゃの煮物	豚汁	りんご じゃがいもの煮物	たい、米みそ(淡色辛みそ)、豚肉(もも)、うす揚げ	米、じゃがいも、ピーマン、さつまいも、きび砂糖	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、だいこん、ごぼう、こねぎ、いんげん、カットわかめ	かつおだし汁、濃口しょうゆ、料理酒、本みりん、洋風だし、食塩
27 (金)		きのこのミートスパゲティ ポテトサラダ 小松菜スープ バナナ		豆乳スープ チャーハン	豚ひき肉、牛ひき肉	米、マカロニ・スパゲティ、じゃがいも	バナナ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、こまつな、えのきたけ、しめじ、はくさい、きゅうり、パセリ、あおのり	ケチャップ、料理酒、濃口しょうゆ、洋風だし、食塩
30 (月)		御飯 魚の塩焼き 白菜納豆 キャベツサラダ	わかめのみそ汁	いりこ・バナナ さつまいもの煮物	たい、納豆、米みそ(淡色辛みそ)	米、きび砂糖	キャベツ、はくさい、えのきたけ、にんじん、こねぎ、カットわかめ	煮干だし汁、濃口しょうゆ、ドライイースト、食塩
31 (火)		御飯 鶏肉の煮物 にんじんシシリ 小松菜のおかか和え	白菜のすまし汁	りんご いなり寿司	鶏もも肉、うす揚げ、花かつお節	米、小麦粉、きび砂糖、パン粉	にんじん、こまつな、はくさい、黒ごま、ごま、えのきたけ	かつおだし汁、ケチャップ、濃口しょうゆ、酢、食塩、本みりん

※使用食材は地産地消を基本とし調味料、醤油、味噌は国産無添加食品を使用しています。砂糖は基本きび砂糖です。

※その他の食材も安心安全な物を厳選し、調理水は還元水にて調理しています。

※上記の献立・食材は納入状況により変更する場合があります。

※♥マークは新メニューになります。