

	01	02	03	06	07	08
献立名	ご飯 牛乳 ワンタンスープ イカのチリソース 生揚げのオイスター炒め	ご飯 牛乳 どさんこ汁 ホッケの文化干し 炒り豆腐	ご飯 牛乳 秋野菜カレーライス シルバーサラダ 巨峰 青じそドレッシング	イギリスパン 牛乳 レタスと卵のスープ タラのマリネ ナポリタンソーテ	ご飯 牛乳 もずくの味噌汁 鶏肉の南部焼き おかか炒め	麦ご飯 牛乳 若布スープ プルコギ丼 バニラアイス
材料名	白飯	白飯	白飯	イギリスパン	白飯	麦ご飯
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
	ごま油 生姜 豚肉 清酒 水 液体スープポーク中華 人参 もやし しいたけ なると 食塩 こしょう 醤油 ワンタン 白菜	油 生姜 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 削節 じゃが芋 味噌 味噌 コーン 長ねぎ バター 醤油	油 にんにく 生姜 豚肉 清酒 玉ねぎ 水 液体スープチキン さつま芋 人参 なす しめじ りんご カレールウ 中濃ソース ケチャップ 醤油	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ 水 チキンピヨン 人参 マッシュルーム 食塩 こしょう 澱粉 卵 レタス	水 削節 白菜 もずく 味噌 味噌 小松菜 長ねぎ	ごま油 鶏肉 白菜 玉ねぎ 水 液体スープポーク中華 食塩 こしょう 醤油 豆腐 若布 ごま 長ねぎ
	イカ 澱粉 油 油 にんにく 生姜 長ねぎ トウバンジャン ケチャップ 醤油 砂糖 清酒 水 澱粉	ホッケ	キャベツ コーン しらたき	鱈 澱粉 油 オリーブオイル 赤ピーマン 黄ピーマン ピーマン 砂糖 食塩 こしょう 醤油 水 レモン 穀物酢	鶏肉 醤油 ノンエッグマヨネーズ みりん 清酒 ごま油 ごま ごま ごま	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 ピーマン 大豆もやし しめじ 液体スープポーク中華 砂糖 はちみつ 醤油 コチュジャン にら ごま油 澱粉
	油 人参 筍 生揚げ チンゲン菜 清酒 液体スープポーク中華 醤油 砂糖 オイスターソース 食塩 澱粉	油 玉ねぎ 人参 しいたけ 豆腐 和風だし 砂糖 食塩 みりん 薄口醤油 卵 枝豆 ひじき	巨峰 青じそドレッシング	オリーブオイル ウインナー 玉ねぎ スープストックチキン ケチャップ トマト 中濃ソース 食塩 こしょう スパゲティ コーン	ごま油 筍 ごぼう さつま揚げ 砂糖 みりん 薄口醤油 いんげん 粉かつお	油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 ピーマン 大豆もやし しめじ 液体スープポーク中華 砂糖 はちみつ 醤油 コチュジャン にら ごま油 澱粉

献立名	09	10	13	14	15	16
	<p>ご飯 牛乳 肉団子の生姜汁 秋刀魚の塩焼き 菊とキャベツの即席漬け</p>	<p>ご飯 牛乳 呉汁 太刀魚の唐揚げ 煮浸し</p>	<p>ご飯 牛乳 バターチキンカレーライス グリーンサラダ りんご 玉ねぎドレッシング</p>	<p>ご飯 牛乳 豆腐の吸物 シシャモの磯辺揚げ なすのピリ辛炒め</p>	<p>ご飯 牛乳 オニオンスープ ハンバーグデミグラスソース かぼちゃと豆のサラダ 和風クリームドレッシング</p>	<p>中華麺 牛乳 坦々麺スープ シュウマイ 中華炒め</p>
	<p>白飯</p>	<p>白飯</p>	<p>白飯</p>	<p>白飯</p>	<p>白飯</p>	<p>中華麺</p>
	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>	<p>牛乳</p>
	<p>水 昆布 削節 肉団子 ごぼう 人参 しめじ 白菜 薄口醤油 醤油 食塩 みりん あさつき 生姜</p>	<p>水 削節 大根 人参 こんにゃく 里芋 油揚げ 味噌 味噌 大豆 長ねぎ</p>	<p>油 にんにく 生姜 玉ねぎ 水 液体スープチキン トマト ケチャップ 生クリーム 食塩 砂糖 バター 鶏肉 ヨーグルト カレー粉 じゃが芋 カレー粉 澱粉</p>	<p>水 昆布 しいたけ 削節 豆腐 筍 みりん 食塩 薄口醤油 小松菜 長ねぎ</p>	<p>油 にんにく 玉ねぎ 水 チキンブイヨン 人参 マッシュルーム 食塩 こしょう パセリ</p>	<p>ごま油 にんにく 生姜 トウバンジャン 豚肉 清酒 人参 もやし しいたけ 水 液体スープチキン 味噌 ごま 醤油 チンゲン菜 長ねぎ ごま 澱粉</p>
	<p>秋刀魚 食塩</p>	<p>太刀魚 食塩 こしょう 澱粉 油</p>	<p>キャベツ きゅうり 青大豆 コーン</p>	<p>シシャモ 小麦粉 上新粉 青のり 水 食塩 油</p>	<p>ハンバーグ ウスターソース ケチャップ デミソース 水 砂糖</p>	<p>シュウマイ</p>
	<p>キャベツ 人参 きゅうり 清酒 みりん 食塩 薄口醤油 菊</p>	<p>白菜 人参 もやし えのき みりん 醤油 食塩 粉かつお</p>	<p>りんご</p>	<p>油 トウバンジャン にんにく 豚肉 清酒 人参 ピーマン 黄ピーマン なす 砂糖 醤油 みりん 味噌 コチュジャン</p>	<p>かぼちゃ さつま芋 ミックスビーンズ</p>	<p>油 キャベツ 人参 きくらげ イカ 清酒 食塩 こしょう スープストックチキン 澱粉</p>
			<p>玉ねぎドレッシング</p>		<p>和風クリームドレッシング</p>	

材料名

献立名	17	21	22	24	27	28	
	<p>ご飯 牛乳 白玉汁 鱈の西京焼き 筑前煮</p>	<p>若布ご飯 牛乳 キャベツの味噌汁 真鯛フライ 玉ねぎの卵とじ 卓上ソース</p>	<p>メープルシュガートースト 牛乳 サーモンシチュー プーティン</p>	<p>麦ご飯 牛乳 中華丼 華風きゅうり 梨ゼリー</p>	<p>ココア食パン 牛乳 ミネストローネ マスのバジルマヨネーズソース コーンと江戸菜のソテー</p>	<p>ご飯 牛乳 すき焼き丼 胡麻酢和え りんご</p>	
材料名	白飯	若布ご飯	パン バター 砂糖 メープルシュガー	麦ご飯	ココア食パン	白飯	
	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	
	水 削節 昆布 清酒 人参 かまぼこ 食塩 薄口醤油 白菜 白玉 小松菜 長ねぎ	水 削節 キャベツ 人参 えのき 味噌 味噌 板ふ	牛乳	ごま油 生姜 豚肉 清酒 エビ イカ 人参 筍 きくらげ 水 液体スープポーク中華	油 にんにく 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン セロリー ローレル ケチャップ トマト トマト 食塩 こしょう キャベツ オレガノ	油 豚肉 清酒 清酒 みりん 醤油 しいたけ 砂糖 玉ねぎ 人参 豆腐 しらたき 長ねぎ 白菜	
	鱈 味噌	真鯛フライ 油	油 玉ねぎ 人参 水 液体スープチキン 白菜 かぶ サーモン 清酒 牛乳 バター 油 小麦粉 食塩 こしょう 生クリーム ほうれん草 チーズ	きゅうり 大根 人参 ごま油 生姜 砂糖 みりん 醤油 穀物酢 一味唐辛子	マス 食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジル 澱粉	もやし 人参 キャベツ 砂糖 醤油 穀物酢 ごま 食塩	
	油 鶏肉 清酒 水 削節 ごぼう れんこん 人参 こんにゃく 里芋 しいたけ 食塩 砂糖 みりん 醤油 いんげん	油 鶏肉 清酒 玉ねぎ しらたき しいたけ 水 削節 砂糖 みりん 食塩 薄口醤油 卵 枝豆	じゃが芋 油 油 にんにく 玉ねぎ 赤ワイン ウスターソース りんご デミソース 醤油 砂糖 水 澱粉	梨ゼリー	マス 食塩 こしょう ノンエッグマヨネーズ 玉ねぎ マッシュルーム 薄口醤油 水 バジル 澱粉	りんご	
		卓上中濃ソース				ベーコン エリンギ 江戸菜 人参 コーン 食塩 こしょう スープストックチキン	

献立名	29	30				
材料名	ご飯 牛乳 大根となめこの味噌汁 鯖の塩焼き 肉じゃが	ご飯 牛乳 大豆もやしのスープ ヤンニョムチキン チャプチェ				
	白飯	白飯				
	牛乳	牛乳				
	水 削節 大根 なめこ 味噌 味噌 ほうれん草 長ねぎ	水 液体スープポーク中華 白菜 大豆もやし キムチ 味噌 醤油 食塩 長ねぎ				
	鯖	鶏肉				
	油 豚肉 清酒 玉ねぎ 人参 水 削節 じゃが芋 こんにゃく 砂糖 みりん 醤油 グリーンピース	食塩 こしょう 澱粉 油 油 にんにく トマト ケチャップ コチュジャン 水 砂糖 醤油 ごま				
	油 にんにく 豚肉 清酒 春雨 水 液体スープポーク中華 人参 ピーマン にら 砂糖 トウバンジャン ごま油 醤油 食塩					