



日	曜	献立名	主な使用食品
1	金	ごはん 豆腐のスープ タンダーチキン ごまドレサラダ ココアゼリー	米 木綿豆腐・コーン・小松菜・鳥がらだし・薄口醤油・塩 鶏肉・塩・にんにく・生姜・カレー粉・パプリカ粉・ヨーグルト・ケチャップ（きゅうり・塩） ロースハム・キャベツ・きゅうり・黄パプリカ・酢・薄口醤油・砂糖・練りごま・マヨネーズ ピュアココア・牛乳・水・砂糖・アガー
4	月	ごはん わかめスープ ブルコギ風 さつま芋サラダ りんごゼリー	米 わかめ・干椎茸・小ねぎ・鳥がらだし・薄口醤油・塩 牛肉・もやし・人参・玉葱・黄パプリカ・小ねぎ・ごま・生姜・にんにく・濃口醤油・砂糖・酒・みりん・ごま油 さつま芋・ロースハム・きゅうり・コーン・マヨネーズ・塩 りんごジュース・水・砂糖・アガー
5	火	ごはん 里芋の味噌汁 魚のチリソース 千切大根の煮物 ぶどうゼリー	米 小松菜・里芋・油揚げ・麦みそ・煮干だし・スキムミルク あじ・生姜・濃口醤油・酒・小麦粉・玉葱・砂糖・ケチャップ・酢・片栗粉（トマト） 千切大根・人参・油揚げ・いんげん・かつお昆布だし・砂糖・濃口醤油・みりん ぶどうジュース・水・砂糖・アガー
6	水	食パン・りんごジャム 野菜スープ シェパーズパイ 牛乳 梨	食パン・りんごジャム ベーコン・にんにく・冬瓜・人参・玉葱・塩・こしょう・鳥がらだし 豚肉・人参・玉葱・小麦粉・ケチャップ・塩・砂糖・じゃが芋・牛乳・バター・粉チーズ 牛乳 梨
7	木	☆やきそば大会☆ やきそば みかんゼリー	中華麺・豚肉・えび・キャベツ・もやし・人参・玉葱・小ねぎ・焼きそばソース・青のり みかんジュース・水・砂糖・アガー
8	金	ごはん 具だくさん味噌汁 鮭の塩焼き ささみのごま和え ヨーグルト	米 油揚げ・椎茸・人参・大根・里芋・大ネギ・煮干だし・麦みそ・スキムミルク 鮭・酒・塩（コーン） キャベツ・ささみ・黄パプリカ・きゅうり・ごま・砂糖・薄口醤油 ヨーグルト・砂糖
11	月	中華丼 卵スープ 華風和え ぶどう	米・豚肉・えび・うずら卵・干椎茸・白菜・キャベツ・人参・玉葱・生姜・にんにく・鳥がらだし・塩・濃口醤油・酒・砂糖・片栗粉・ごま油 卵・玉葱・えのきたけ・鳥がらだし・塩・薄口醤油 きゅうり・もやし・人参・ロースハム・春雨・酢・砂糖・薄口醤油・ごま油 ぶどう
12	火	ごはん 赤だし 鶏肉の照焼き キャベツのごま酢和え りんごゼリー	米 茄子・なめこ・油揚げ・小ねぎ・赤味噌・かつお昆布だし 鶏肉・濃口醤油・みりん・酒・砂糖（じゃが芋・塩） キャベツ・コーン・人参・ロースハム・ごま・薄口醤油・酢・砂糖 りんごジュース・水・砂糖・アガー
13	水	ごはん 椎茸のスープ ミートローフ ツナサラダ にんじんゼリー	米 椎茸・小松菜・玉葱・コーン・塩・薄口醤油・鳥がらだし 牛ひき肉・豚ひき肉・玉葱・卵・パン粉・塩・こしょう・ケチャップ・ウスターソース・砂糖（きゅうり・塩） キャベツ・ほうれん草・赤パプリカ・黄パプリカ・シーチキン・ごま・薄口醤油・酢・砂糖 人参・みかんジュース・水・砂糖・アガー
14	木	ふりかけごはん けんちん汁 さばの味噌煮 スパゲティサラダ ぶどうゼリー	米・野菜ふりかけ 鶏細切れ・油揚げ・人参・大根・里芋・小ねぎ・薄口醤油・塩・かつお昆布だし さば・生姜・三温糖・みりん・麦みそ・濃口醤油・酒・かつお昆布だし（いんげん・塩） スパゲティ・きゅうり・ロースハム・人参・卵・マヨネーズ・薄口醤油 ぶどうジュース・水・砂糖・アガー
15	金	ごはん しめじの味噌汁 炒り鶏 きゅうりの酢の物 みかんゼリー	米 キャベツ・しめじ・油揚げ・小ねぎ・麦みそ・煮干だし・スキムミルク 鶏細切れ・干椎茸・人参・じゃが芋・いんげん・三温糖・みりん・濃口醤油 きゅうり・玉葱・しらす・わかめ・砂糖・酢・塩・薄口醤油・ごま みかんジュース・水・砂糖・アガー



日	曜	献立名	主な使用食品
18	月	敬老の日	
19	火	ごはん そうめんのすまし汁 豆腐の松風焼き チーズサラダ ココアゼリー	米 そうめん・巻き麩・玉葱・小ねぎ・塩・薄口醤油・かつお昆布だし 木綿豆腐・卵・豚ひき肉・玉葱・青のり・パン粉・麦みそ・三温糖（トマト） きゅうり・赤パプリカ・コーン・ダイスチーズ・薄口醤油・酢・砂糖・ごま油 ビュアココア・牛乳・水・砂糖・アガー
20	水	ごはん かきたま汁 魚の西京焼き ひじきの炒り煮 ヨーグルト	米 卵・えのきたけ・小ねぎ・かつお昆布だし・塩・薄口醤油 ニベ・薄口醤油・砂糖・麦みそ・みりん・酒（キャベツ・酢・砂糖・薄口醤油） 鶏細切れ・大豆・いんげん・人参・ひじき・油揚げ・酒・三温糖・濃口醤油・かつお昆布だし ヨーグルト・砂糖
21	木	ミルクパン 五目スープ コーンフレークチキン 牛乳 オレンジ	ミルクパン 玉葱・干椎茸・コーン・ロースハム・小松菜・鳥がらだし・薄口醤油・塩 鶏肉・酢・濃口醤油・マヨネーズ・コーンフレーク・パン粉・粉チーズ 牛乳 オレンジ
22	金	芋ごはん 茄子の味噌汁 鶏肉のみぞれかけ おかか和え りんごゼリー	米・さつまいも・酒・塩・昆布だし 茄子・玉葱・油揚げ・小ねぎ・麦みそ・煮干だし・スキムミルク 鶏肉・にんにく・生姜・塩・酒・大根・かつお昆布だし・酢・薄口醤油・砂糖・片栗粉（いんげん・塩） 小松菜・もやし・人参・しめじ・コーン・かつお節・砂糖・薄口醤油 りんごジュース・水・砂糖・アガー
25	月	ごはん 青菜のスープ 魚のカレー粉焼き パンパンジーサラダ みかんゼリー	米 小松菜・人参・ベーコン・薄口醤油・塩・鳥がらだし さごし・酒・生姜・濃口醤油・薄口醤油・塩・カレー粉・小麦粉（コーン） きゅうり・キャベツ・人参・鶏ささみ・ごま・酢・砂糖・薄口醤油・白味噌・ごま油 みかんジュース・水・砂糖・アガー
26	火	ハヤシライス じゃが芋のスープ 大根サラダ ぶどう	米・牛肉・玉葱・人参・にんにく・バター・小麦粉・トマトピューレ・ケチャップ・ウスターソース・砂糖・酒・鳥がらだし じゃが芋・玉葱・人参・薄口醤油・塩・鳥がらだし 大根・きゅうり・コーン・シーチキン・ごま・マヨネーズ・砂糖・薄口醤油 ぶどう
27	水	ごはん 冬瓜の味噌汁 鶏肉の立田揚げ ほうれん草のナムル りんごゼリー	米 冬瓜・木綿豆腐・油揚げ・わかめ・小ねぎ・麦みそ・煮干だし・スキムミルク 鶏肉・塩・濃口醤油・酒・生姜・片栗粉・小麦粉（きゅうり・塩） ほうれん草・もやし・人参・コーン・ごま・薄口醤油・砂糖・酢・ごま油 りんごジュース・水・砂糖・アガー
28	木	ごはん 中華風コーンスープ 家常豆腐 コロコロサラダ ぶどうゼリー	米 コーンクリーム缶・玉葱・卵・塩・薄口醤油・みりん・鳥がらだし・片栗粉 豚肉・生揚げ・玉葱・人参・ピーマン・干椎茸・にんにく・生姜・麦みそ・酒・三温糖・濃口醤油・塩・ごま油 ロースハム・さつまいも・じゃが芋・きゅうり・マヨネーズ・塩 ぶどうジュース・水・砂糖・アガー
29	金	カレーうどん 大根のそぼろあんかけ フルーツポンチ	うどん・豚肉・玉葱・人参・小ねぎ・カレーパウダー・濃口醤油・かつお昆布だし・片栗粉 大根・玉葱・ピーマン・コーン・鶏ひき肉・生姜・みりん・砂糖・薄口醤油・かつお昆布だし・片栗粉 フルーツミックス缶・牛乳・水・砂糖・アガー

※食材発注の都合により、献立内容を変更する場合があります。