

日	月 12・26	火 13・27	水 14・28	木 1・15・29	金 2・30	土 3・17・31
献立	スパゲティナポリタン コロコロサラダ チーズ	高野豆腐と野菜の含め煮 小松菜とマイタケの和え物	とんかつ オーロラソース添え ひじきのあえもの かき玉汁	きのこのハヤシライス コールスローサラダ	焼魚 はくさいのゴマ酢あえ みそ汁	五目そば くだもの
主食	パン	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	中華めん
材料	スパゲティ・ウインナー 玉ねぎ・ピーマン・カットトマト缶 ケチャップ・コンソメ 砂糖・サラダ油 キャベツ・ハム・じゃがいも きゅうり・人参・マヨネーズ コーン・チーズ	鶏肉・高野豆腐・人参 たけのこ・れんこん しょうゆ・砂糖 小松菜・まいたけ・玉子・人参 ゴマ・しょうゆ・砂糖	豚肉・玉子・小麦粉 パン粉・サラダ油 ケチャップ・マヨネーズ ひじき・玉ねぎ・人参 きゅうり・油あげ・ゴマ しょうゆ・砂糖・酢・みりん 玉子・人参・えのき茸 ねぎ・しょうゆ	牛肉・人参・まいたけ 玉ねぎ・エリンギ さつまいも しめじ・コンソメ・ハヤシルウ キャベツ・きゅうり ハム・コーン・人参 酢・マヨネーズ	鮭(さけ) 白菜・人参・ほうれん草 ちりめんじゃこ・ゴマ しょうゆ・砂糖・酢・みりん 豆腐・ねぎ・ワカメ みそ	豚肉 玉ねぎ 人参・ねぎ かまぼこ キャベツ・玉子 ガラスープ・にんにく くだもの
おやつ	ちんすこう・牛乳 小麦粉・砂糖・塩 サラダ油	おにぎり・にぼし 梅干し・ちりめんじゃこ 海苔	やきいも・牛乳 さつまいも 塩	くだものパンケーキ ホットケーキミックス 玉子・牛乳 みかん缶・もも缶	ホットドック・牛乳 パン・ウインナー キャベツ・コンソメ・ケチャップ カレーパウダー	ヨーグルト
日	月 5・19	火 6・20	水 7・21	木 8・22	金 9・23	土 10・24
献立	カレーうどん ワカメのさっぱりサラダ	鶏肉と大根の煮物 青菜と人参のかつおあえ	サツマイモのクリームシチュー ブロッコリーのサラダ	さばのしょうが煮 キャベツのゴマあえ すまし汁	ちくわのいそべあげ 豚汁 ワカメの酢のもの	きぬがさうどん 煮豆
主食	うどん	ごはん	パン	ごはん	さつまいもごはん	うどん
材料	牛肉・玉ねぎ・人参・ねぎ カレールウ・油あげ・かまぼこ しょうゆ・みりん 大根・レタス・コーン・ワカメ ツナ缶・青しそドレッシング	鶏肉・大根・人参・こいも こんにやく・油あげ しょうゆ・砂糖 小松菜・人参・玉子 かつおぶし・ゴマ・キャベツ しょうゆ・みりん・だし汁	ベーコン・さつまいも・じゃがいも 玉ねぎ・ほうれん草・しめじ・人参 マッシュルーム・牛乳 コンソメ・シチューミックス キャベツ・きゅうり・人参・ハム ブロッコリー・マヨネーズ	鯖・土しょうが しょうゆ・みりん・酒 豚肉・キャベツ・人参 ゴマ・しょうゆ・砂糖 えのき茸・豆腐・ねぎ しょうゆ・みりん	ちくわ・小麦粉・玉子 あおさのり・サラダ油 さつまいも・塩 豚肉・白菜・人参・大根・ねぎ ねぎ・じゃがいも・みそ ワカメ・きゅうり しょうゆ・砂糖・酢・みりん	鶏肉 油あげ 人参・かまぼこ ほうれん草 ねぎ しょうゆ・みりん 煮豆
おやつ	あずきもちもち 白玉粉・あずき缶・豆乳 サラダ油	お好み焼き・牛乳 お好み焼き粉・キャベツ・豚ひき肉 ちりめんじゃこ・ねぎ・玉子	中華風おこわ 米・もち米・焼豚・たけのこ 人参・濃口しょうゆ・砂糖 塩・酒・サラダ油	フルーツヨーグルト ヨーグルト・上白糖 くだもの	むしばん・牛乳 ホットケーキミックス	くだもの

※21(水)は

おたんじょうび会です

●きのこごはん

米・エリンギ・しめじ・えのき茸
油あげ・人参・しょうゆ・みりん

●温野菜のサラダ

キャベツ・きゅうり・人参
マヨネーズ

●鶏肉の照り焼き

鶏肉・しょうゆ・砂糖・みりん・酒

●赤だし

豆腐・ブロッコリースプラウト・みそ・赤みそ

●カップケーキ・牛乳

生クリーム・みかん缶

※16日(金)はお弁当の日です
おやつ:スティックパン※5・19(月)のちゅうりつぶぐみの
おやつは「おやき・牛乳」に
なります。※だし汁は
昆布・煮干し・かつおぶしで
とっています

※調味料の表記について

しょうゆ⇒うすくちしょうゆ
上記以外はそれぞれ表記
しています※材料・調理等の都合により
献立の一部が変更になる
場合があります
ご了承ください