



	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
1 (火)	ごはん 牛肉と豆腐の中華炒め 中華きゅうり ねぎごまスープ くだもの	米 牛肉・豆腐・キャベツ・ねぎ・酒・生姜・にんにく・醤油・鶏がら・みりん・砂糖・塩 きゅうり・ごま油・醤油・塩昆布・ごま キャベツ・春雨・豚挽肉・ねぎ・生姜・ごま・酒・醤油・鶏がら	クラッカー オセロクッキー 小麦粉・生クリーム・バター・砂糖 ココア・ベーキングパウダー
2 (水)	ごはん ブルコギ風炒め 酢の物 味噌汁 くだもの	米 牛肉・生姜・にんにく・人参・玉葱・白菜・にら・砂糖・醤油・酒・ごま きゅうり・ちくわ・わかめ・酢・砂糖・薄口・すりごま 玉葱・人参・油揚げ・えのき・ねぎ・味噌	チーズ ホットケーキ ホットケーキ粉・牛乳・ヨーグルト さつま芋
3 (木)	ごはん 鶏の味噌にんにく醤油焼き 梅和え すまし汁 くだもの	米 鶏肉・にんにく・酒・みりん・醤油・味噌 キャベツ・きゅうり・切干大根・ツナ・梅干し・醤油・砂糖 玉葱・人参・豆腐・しめじ・ねぎ・麩・薄口・塩	スティックビスケット ポテマヨトースト 食パン・じゃが芋・玉葱・マヨドレ ピザチーズ・ベーコン・パセリ
4 (金)	ごはん 鮭の照り焼き 切干大根の煮物 味噌汁 くだもの	米 鮭・生姜・醤油・酒・みりん・砂糖 切干大根・人参・油揚げ・こんにゃく・豚肉・砂糖・みりん・酒・醤油・薄口・ごま油 玉葱・人参・えのき・油揚げ・ねぎ・味噌	アンパンマンビスケット モダン焼き 小麦粉・キャベツ・ねぎ・豚肉 長芋・うどん・油・お好みソース
5 (土)	ねぎ塩豚丼 中華スープ くだもの	米・豚肉・キャベツ・ねぎ・もやし・醤油・酒・ごま油・にんにく・鶏がら・塩・片栗粉 豆腐・もやし・玉葱・えのき・ねぎ・醤油・鶏がら	マンナビスケット りんごジャムパン
7 (月)	ごはん クリスピーチキン 元気サラダ コンソメスープ くだもの	米 鶏肉・コンソメ・カレー粉・マヨドレ・コーンフレーク・塩 キャベツ・きゅうり・人参・ハム・コーン・トマト・かつお節・砂糖・酢・薄口・油・塩昆布 豆腐・エリンギ・玉葱・人参・パセリ・コンソメ	スティックビスケット さつまいももち さつま芋・米粉・砂糖・水・油 きな粉・砂糖・塩
8 (火)	ごはん ハンバーグ コールスローサラダ 味噌汁 くだもの	米 牛挽肉・豚挽肉・玉葱・人参・キャベツ・ピーマン・黄ピーマン・パン粉・牛乳・塩・ケチャップ キャベツ・人参・ハム・薄口・ごま油・酢・砂糖・かつお節 玉葱・人参・油揚げ・しめじ・わかめ・味噌	芋けんぴ じゃがまるくん じゃが芋・塩・マヨドレ・片栗粉 マヨドレ・ピザチーズ・のり
9 (水)	ごはん 麻婆豆腐 ハンサンスー なめこスープ くだもの	米 豆腐・豚挽肉・玉葱・人参・椎茸・ねぎ・にんにく・生姜・ごま油・醤油・味噌・砂糖・酒・片栗粉 春雨・きゅうり・人参・ハム・砂糖・薄口・酢・ごま油・すりごま なめこ・人参・玉葱・わかめ・豆腐・鶏がら	クラッカー 紅茶ボーロ 小麦粉・バター・油・砂糖・紅茶
10 (木)	ごはん 肉じゃが ゆかり和え 味噌汁 くだもの	米 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・白滝・醤油・みりん・砂糖・酒・薄口・油 キャベツ・ツナ・人参・切干大根・ゆかり 玉葱・人参・油揚げ・しめじ・オクラ・味噌	アンパンマンビスケット ハートパイ パイシート・バター・グラニュー糖
11 (金)	ごはん 鯖の竜田揚げ 酢の物 味噌汁 くだもの	米 鯖・醤油・酒・みりん・生姜・片栗粉・油 キャベツ・しめじ・人参・ハム・酢・砂糖・薄口 玉葱・人参・豆腐・えのき・わかめ・味噌	スティックビスケット ラスク 食パン・バター・グラニュー糖
12 (土)	野菜ラーメン ごま和え くだもの	中華麺・豚肉・キャベツ・玉葱・人参・もやし・しめじ・鶏がら・薄口・塩・ごま油 ちくわ・れんこん・きゅうり・すりごま・醤油・砂糖	マンナビスケット りんごジャムパン
14 (月)	ごはん レバーのかりんとう おかか和え 味噌汁 くだもの	米 鶏レバー・片栗粉・油・酒・砂糖・醤油・ごま キャベツ・オクラ・ツナ・醤油・かつお節 玉葱・人参・油揚げ・じゃが芋・わかめ・味噌	マンナビスケット フルーツヨーグルト ヨーグルト・みかん缶・桃缶 バナナ
15 (火)	ごはん 鶏の梅味噌焼き ひじきの煮物 塩豚汁 くだもの	米 鶏肉・梅干し・味噌・砂糖・醤油・酒 ひじき・人参・油揚げ・白滝・醤油・砂糖・みりん・酒・ごま油 豚肉・なす・油揚げ・じゃが芋・人参・ごぼう・ねぎ・トマト・塩・酒・みりん・鶏がら	芋けんぴ ぶどうゼリー

	献立名	材料名	朝おやつ・午後おやつ
16 (水)	★誕生会 ガーリックライス チキンチャップ サラダ 和風ポトフ くだもの	米・バター・パセリ・にんにく・醤油・豚肉・しめじ 鶏肉・小麦粉・ケチャップ・ウスターソース・砂糖・みりん きゅうり・春雨・ハム・かつお節・薄口・ごま油・酢・砂糖 ウインナー・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・パセリ・昆布・コンソメ・バター・薄口	ほしたべよ 麩のラスク 麩・無塩バター・グラニュー糖
17 (木)	ごはん 鯖の煮つけ 納豆和え 味噌汁 くだもの	米 鯖・生姜・酒・みりん・砂糖・醤油 ほうれん草・キャベツ・人参・納豆・醤油・かつお節 玉葱・人参・油揚げ・えのき・ねぎ・味噌	スティックビスケット おやつ焼きそば 焼きそば麺・豚肉・キャベツ もやし・薄口・塩・鶏がら・ごま油
18 (金)	ごはん 鶏の塩麴焼き ごま和え 味噌汁 くだもの	米 鶏肉・塩麴・生姜・にんにく・砂糖・酒・醤油 ピーマン・切干大根・キャベツ・人参・ベーコン・ごま・醤油・砂糖 玉葱・人参・油揚げ・しめじ・南瓜・ねぎ・味噌	芋けんぴ のりじゃこトースト 食パン・しらす干し・のり マヨドレ・ピザチーズ
19 (土)	和風スパゲティー コンソメスープ くだもの	スパゲティー・ベーコン・玉葱・しめじ・エリンギ・ねぎ・にんにく・塩・薄口・コンソメ・酒 玉葱・人参・キャベツ・豆腐・えのき・コンソメ・塩	クラッカー あんぱん
21 (月)		敬老の日 	
22 (火)		国民の休日	
23 (水)		秋分の日	
24 (木)	ごはん ささみカツ ゆかり和え なめこ汁 くだもの	米 鶏ささ身・塩・小麦粉・マヨドレ・パン粉・油・中濃ソース キャベツ・人参・切干大根・ツナ・ゆかり なめこ・玉葱・豆腐・人参・ねぎ・味噌	アンパンマンビスケット クラッカーサンド クラッカー・いちごジャム
25 (金)	ごはん 麻婆なす もやしとわかめのナムル オクラの中華スープ くだもの	米 豚挽肉・なす・玉葱・人参・にら・生姜・にんにく・醤油・酒・味噌・砂糖・鶏がら・片栗粉・ごま油 もやし・きゅうり・わかめ・ごま油・醤油・ごま オクラ・玉葱・人参・豆腐・えのき・鶏がら・醤油	芋けんぴ きな粉おはぎ 米・もち米・きな粉・砂糖・塩
26 (土)	ハヤシライス サラダ くだもの	米・牛肉・玉葱・しめじ・人参・ハヤシルウ キャベツ・竹輪・コーン・薄口・ごま油・酢・砂糖	スティックビスケット 芋パン
28 (月)	ごはん チャプチェ ブロッコリーの昆布和え 中華とろみスープ くだもの	米 牛肉・玉葱・人参・椎茸・春雨・ねぎ・ごま・にんにく・醤油・酒・砂糖・鶏がら・ごま油 ブロッコリー・人参・塩昆布・ごま油 豆腐・わかめ・玉葱・えのき・もやし・オクラ・鶏がら・醤油	アンパンマンビスケット 型抜きクッキー 小麦粉・生クリーム・バター・砂糖
29 (火)	カレーライス スティックチーズ ピーマンの塩昆布和え くだもの	米・豚肉・玉葱・人参・しめじ・南瓜・なす・カレールウ スティックチーズ ピーマン・切干大根・ハム・人参・塩昆布・醤油・ごま	マンナビスケット マカロニきな粉 マカロニ・きな粉・砂糖・塩
30 (水)	ごはん 鮭の醤油マヨ焼き れんこんきんぴら 味噌汁 くだもの	米 鮭・酒・醤油・マヨドレ れんこん・人参・豚挽肉・醤油・酒・砂糖・みりん・ごま・ごま油 玉葱・さつま芋・油揚げ・ねぎ・えのき・味噌	マンナビスケット ホットケーキ ホットケーキ粉・牛乳・ヨーグルト 人参・りんごジャム