



献立表



			1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)
朝			ごはん 炒り煮 納豆 みそ汁	食パン(マーレト) コンソメ煮 ポテトサラダ バナナ	ごはん ひじき煮 カリフラワーのサラダ みそ汁	ごはん ビーマンソテー 大根サラダ みそ汁	ごはん はんぺんの卵とじ かつととろろ昆布和え みそ汁
昼			ごはん 鯖の香りごま焼き 小松菜の和え物 南瓜煮 漬物	ゆかりごはん 冷やし中華 Eビ焼売 中華炒め	ごはん 鶏肉のおろしポン酢かけ ミモザサラダ 厚揚げの甘辛炒め 漬物	ごはん 魚のピカカ マカロニサラダ ポパイソテー 漬物	ごはん 豚しゃぶ 小松菜とベーコンのバス 薩摩芋サラダ 漬物
おやつ			牛乳・カスタードケーキ	牛乳・チーズ蒸し	苺ゼリー	牛乳・鯛焼きクリーム	コーヒー かっぱえびせん
夕			ごはん 豚肉のしゃぶ塩炒め ミモザサラダ 里芋煮 みそ汁	ごはん 鶏の味噌だれ焼 切干大根の中華和え 豆腐チャンプル すまし汁	ごはん お好み焼き 金平牛蒡 スタッフ・エンドウのカボチャ みそ汁	ごはん 鶏の柔か煮 オイスター炒め もやしのツナ和え みそ汁	ごはん 揚げ出し豆腐 大根のそぼろ煮 ひじきの胡麻和え かきたま汁
	6日 (日)	7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
朝	コップパン(蜂蜜) キャベツソテー スライスチーズ クリーム煮	ごはん 煮付け インゲンサラダ みそ汁	ごはん 芋金平 小松菜のおかか和え みそ汁	ごはん 枝豆の卵とじ ブロッコリーのカレー炒め みそ汁	食パン(マーガリン) スクランブルエッグ ミルクスープ バナナ	ごはん ミートボール煮 ホリソウの和え物 みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁
昼	ごはん 鯨のバター醤油焼き ツナサラダ かき氷-ミロク 漬物	ごはん ミックスフライ 牛蒡サラダ 里芋の白煮 漬物	ごはん 魚の野菜あんかけ オイスター炒め 大根の酢の物 漬物	ごはん 鶏のチリソース 春雨の炒め物 ごまよごし 漬物	ゆかりごはん 素麺 Eビ焼売 フルーツ寒天	ごはん 肉豆腐 蓮根の磯部揚げ 大根の柚香和え	ごはん かいの唐揚げ 高野の卵とじ 南瓜の甘煮 漬物
おやつ	牛乳・あんずケーキ	牛乳・ドーナツ	アロハゼリー	牛乳・レモンカントケーキ	コーヒー・チョコパイ	シャインマスカットゼリー	牛乳・蜂蜜ケーキ
夕	ごはん 五目厚焼き卵 おかか和え 春雨の酢の物 なすの味噌田楽 すまし汁	ごはん 豚肉の焼肉風 がんもの煮合せ ブロッコリーの和え物 みそ汁	ごはん 筑前煮 キャベツの梅マヨ和え みそ汁 フルーツ寒天	ごはん 鯖の若狭焼 冷奴 ホリソウの甘酢和え みそ汁	ごはん 酢豚 薩摩芋の甘煮 小松菜のなめ茸和え 中華スープ	香味しゃぶ炒飯 春巻き 中華炒め 中華スープ	ごはん 鶏の香味焼き おかか和え カリフラワーのレモンサラダ レバー炒め みそ汁
	13日 (日)	14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
朝	コップパン(リンゴ) クリーム煮 スライスチーズ	ごはん 大根金平 納豆 みそ汁	ごはん 牛蒡と竹輪のひじき煮 ホリソウサラダ みそ汁	ごはん じゃが芋煮 キャベツの梅マヨ和え みそ汁	ごはん 卵焼き ブロッコリーのゴマ和え みそ汁	食パン(蜂蜜) スタッフ・エンドウソテー スパゲッティサラダ バナナ	ごはん 蓮根の甘辛煮 山葵和え みそ汁
昼	ごはん 魚のコンマヨ焼き ジャマンポテト マリネ オレンジ	ごはん 千草焼き オロチ和え ジャコビーマン 漬物	ごはん 鯖の香味焼き 蓮根サラダ 南瓜天ぷら 漬物	ごはん 変わり柳川風煮 豆腐のおかか炒め 青梗菜の磯和え 漬物	【屋台ランチ】 鶏唐揚げ 枝豆 フライドポテト フルーツ	中華丼 揚げ餃子 ひじきサラダ わかめスープ	コッごはん ポテトチップス 大根と小松菜の洋風炒め 大豆サラダ 漬物
おやつ	牛乳・ワッフルスティック	牛乳・パウンドケーキ	オレンジゼリー	牛乳・アーモンドカスター	コーヒー・コアラのマーチ	牛乳・リンゴデニッシュ	牛乳・シュガーツイスト
夕	ごはん 豚キムチ炒め 焼きビーフン もやしのしゃぶ塩ナムル かきたま汁	ごはん 鯖の塩焼き 里芋の白煮 キャベツの中華和え みそ汁	ごはん つくねの小判焼 拌三絲 オイスター炒め すまし汁	ごはん 鯨の煮付け 桜Eビと玉葱のかき揚げ 小松菜の煮浸し みそ汁	ポテトカレー ホタテフライ コールスロー	ごはん 鯖の味噌バター焼き 切干大根の酢の物 和風炒め すまし汁	ゆかりごはん 鶏塩ラーメン ホリソウのツナ和え フルーツ杏仁



	20日 (日)	21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
朝	コッパパン (マーレド) 栄養サラダ スライスチーズ クリーム煮	ごはん ミートボール煮 お肉の草サラダ みそ汁	ごはん 目玉焼き スナップエンドウサラダ みそ汁	ごはん 野菜炒め 納豆 みそ汁	食パン(苺) コンソメ煮 ツナポテトサラダ バナナ	ごはん 南瓜煮 インゲンのゴマ和え みそ汁	ごはん 牛蒡とひじき煮 香味和え みそ汁
昼	ごはん 鶏の南蛮漬け ピリ辛炒め お肉の和え 漬物	ごはん 回鍋肉 ブロッコリー中華和え 春巻き 漬物	ごはん 冷やしうどん 鶏のピリ辛炒め フルーツ	親子丼 もやしのポン酢和え 薩摩芋の天ぷら みそ汁	ごはん 鯖の若狭焼 豆腐サラダ 白菜の煮浸し 漬物	ごはん 豚肉の塩麹焼 大根の炒り煮 キャベツの梅マヨ和え 漬物	ごはん タンドリーチキン ポテトサラダ ブロッコリーサラダ 漬物
おやつ	コーヒー・サッポロポテト	牛乳・さつま芋蒸し	ぶどうゼリー	牛乳・ひねくれ棒	牛乳・ココアロール	バナナアイス	コーヒー・ベルギーワッフル
夕	ごはん 鯖の生姜煮 高野の卵とじ キャベツの柚子和え すまし汁	ごはん 魚の野菜あんかけ じゃが芋の醤油マヨ和え ひじきのゴマ和え すまし汁	ごはん カレイの煮付け コンクリーミココロク お肉の香味和え みそ汁	ごはん 味噌炒め煮 牛蒡と餅塩金平 お肉のなめ茸和え すまし汁	ごはん 韓国風唐揚げ 小松菜のザーサイ付 冬瓜の塩あんかけ 中華卵スープ	ごはん 和風麻婆豆腐 エビ揚焼売 スナップエンドウ中華サラダ みそ汁	ごはん コロッケ オクラ炒め 切干大根の甘酢和え コンソメスープ
	27日 (日)	28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)		
朝	コッパパン(苺) チキンガレット スライスチーズ クリーム煮	ごはん お肉の炒め 牛蒡サラダ みそ汁	ごはん 枝豆の卵とじ マゼンタサラダ みそ汁	ごはん 平天の牛蒡の炒め煮 香味和え みそ汁	ごはん 小松菜とはんぺん煮 納豆 みそ汁		
昼	ごはん 鯖のパン粉焼き 薩摩芋の甘辛煮 お肉のおかか和え 漬物	ごはん かま玉あんかけ 中華風和え物 春巻き 漬物	ごはん お肉のハンバーグ マカロニサラダ ピーマンとジャコのお浸し 漬物	ごはん 豚肉の梅香焼 かみなり豆腐 お肉の柚子和え 漬物	ミートスパゲッティ カレー 南瓜コロッケ コンソメスープ		
おやつ	牛乳・どら焼き	牛乳・ さつま芋デコショ	牛乳・マフィン	コーヒー・プリン	牛乳・パウンドケーキ		
夕	ごはん 豚肉の生姜焼 お肉のお浸し みそ汁 フルーツ寒天	ごはん 鶏の照焼 蓮根ピリ辛炒め煮 青梗菜の胡麻和え すまし汁	ごはん 青椒肉絲 餃子 もやしの酢の物 中華卵スープ	ごはん メバルの生姜煮 レバー炒め カリフラワーのサラダ すまし汁	ごはん 鶏肉のステーキ 青梗菜とシジミの中華和え かきたま汁 フルーツ		

