

	(月) 2 16 30	(火) 3 17 31	(水) 4 18	(木) 5 19	(金) 6 20	(土) 21
昼食	<p>【麦ごはん(丼)】 米 押麦</p> <p>【きのこカレー】 豚・かたろース まいたけ ぶなしめじ マッシュルーム にんじん ほうれんそう なたね油 カレールウ</p> <p>【ヨーグルトサラダ】 ヨーグルト さつまいも レタス みかん(缶詰) りんご マヨドレ こしょう</p>	<p>【麦ごはん】 米 押麦</p> <p>【鯖のみそ焼き】 さわら しょうが 三温糖 合成清酒 淡色辛みそ みりん ごま油</p> <p>【もやしの酢の物】 もやし きゅうり 生わかめ 黄ピーマン 穀物酢 三温糖 こいくちしょうゆ 食塩 いりごま</p> <p>【豆腐のおすまし】 絹ごし豆腐 三つ葉 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>	<p>【ロールパン】 ロールパン</p> <p>【鶏とごぼうのスパゲッティ】 若鶏・もも にんじん たまねぎ ごぼう 葉ねぎ マッシュルーム 有塩バター こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし スパゲッティ</p> <p>【じゃがいものスープ】 じゃがいも チンゲンサイ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p>【麦ごはん】 米 押麦</p> <p>【切干大根の炒め煮】 豚・かたろース 切り干し大根 にんじん 油揚げ 板こんにゃく いんげん なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん かつお・昆布だし</p> <p>【里芋のみそ汁】 さといも-冷凍 みずな 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p>【麦ごはん】 米 押麦</p> <p>【鶏肉と南瓜のトマト煮】 若鶏・もも かぼちゃ たまねぎ かぶ カリフラワー なたね油 三温糖 固形ブイヨン トマト缶 ウスターソース 食塩</p> <p>【チンゲン菜のスープ】 チンゲンサイ えのき 固形ブイヨン 食塩</p>	<p>【麦ごはん(丼)】 米 押麦</p> <p>【野菜たっぷりそぼろ丼】 若鶏・ひき肉 にんじん たまねぎ れんこん こまつな しょうが ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p> <p>【椎茸のおすまし】 しいたけ 葉ねぎ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>
午後おやつ	<p>【佃煮昆布のおにぎり】 米 昆布 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん</p> <p>【牛乳】 普通牛乳</p>	<p>【かぼちゃパイ】 パイシート かぼちゃ 白あん 鶏卵・卵黄</p> <p>【牛乳】 普通牛乳</p>	<p>【梨ゼリー】 梨ゼリー</p> <p>【ぼたぼた焼き】 ぼたぼた焼き</p> <p>【牛乳】 普通牛乳</p>	<p>【ホットドッグ】 ロールパン ウインナー キャベツ カレー粉 食塩 こしょう トマトケチャップ</p> <p>【豆乳】</p>	<p>【チーズチヂミ】 薄力粉 米粉 にら たまねぎ 鶏卵 ピザ用チーズ 中華だし こいくちしょうゆ ごま油</p> <p>水</p> <p>【牛乳】</p>	<p>【どうぶつえんクッキー】 どうぶつえんクッキー</p> <p>【牛乳】 普通牛乳</p>

	(月) 23	(火) 10 24	(水) 11 25	(木) 12	(金) 13 27	(土) 14 28
昼食	【麦ごはん】 米 押麦 【牛肉の野菜炒め】 和牛・かたロース にんじん たまねぎ キャベツ もやし いら ごま油 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ 食塩 【冬瓜のスープ】 冬瓜 ましたけ 中華だし 食塩	【ロールパン】 ロールパン 【さつまいもシチュー】 若鶏・もも さつまいも にんじん たまねぎ ぶなしめじ ブロッコリー 有塩バター 普通牛乳 クリームチーズ 固形ブイヨン 食塩 薄力粉 【大根サラダ】 大根 みずな ミニトマト 黄ピーマン 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 食塩	【ちゃんぽん】 豚・かたロース 焼き竹輪 はくさい もやし コーン(缶詰) 中華めんゆで 三温糖 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ 食塩 【キャベツの海苔和え】 キャベツ にんじん こまつな 油揚げ えのき 焼きのり こいくちしょうゆ	【麦ごはん】 米 押麦 【鮭の漬け焼き】 鮭 こいくちしょうゆ みりん 【和風ポテトサラダ】 じゃがいも たまねぎ きゅうり ロースハム 淡色辛みそ 三温糖 すりごま 【ゆずのおすまし】 ゆず・果汁 湯葉 ぶなしめじ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし 【ミニカップゼリー】 ミニカップゼリー	【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【親子丼】 若鶏・もも たまねぎ にんじん 乾しいたけ 葉ねぎ 鶏卵 凍り豆腐 なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし 【なめこ汁】 なめこ はくさい 淡色辛みそ かつお・昆布だし	【焼ビーフン】 豚・かたロース にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンサイ ビーフン ごま油 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ 食塩 【ニラのスープ】 いら 絹ごし豆腐 中華だし 食塩
	午後おやつ	【柿】 かき 【牛乳】 普通牛乳	【きな粉蒸しパン】 ホットケーキミックス 鶏卵 普通牛乳 きな粉 なたね油 くり・甘露煮 【牛乳】 普通牛乳	【梅じゃこおにぎり】 米 梅干し ちりめんじゃこ 【牛乳】 普通牛乳	【お好み焼きトースト】 食パン お好み焼きソース マヨドレ かつお節 あおのり 【牛乳】 普通牛乳	【マーマレードポテト】 さつまいも なたね油 マーマレードジャム 【牛乳】 普通牛乳

								(木) 26								
昼 食									【麦ごはん】 米 押麦 【鮭の漬け焼き】 鮭 こいくちしょうゆ みりん 【和風ポテトサラダ】 じゃがいも たまねぎ きゅうり ロースハム 淡色辛みそ 三温糖 すりごま 【ゆずのおすまし】 ゆず・果汁 湯葉 ぶなしめじ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし							
									【お好み焼きトースト】 食パン お好み焼きソース マヨドレ かつお節 あおのり 【牛乳】 普通牛乳							
午後 おやつ																