

| | (月) 26 | (火) 27 | (水) 14 | (木) 1 | (金) 16 | (土) 3 |
|--------|---|--|--|---|--|---|
| 昼 食 | 【麦ごはん】 米 押麦 【肉じゃが】 豚・かたロース じゃがいも たまねぎ にんじん いんげんまめ 糸こんにゃく 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 【麩のみそ汁】 おつゆふ みずな 淡色辛みそ かつお・昆布だし | 【ロールパン】 ロールパン 【豆乳ポトフ】 若鶏・もも ウインナー たまねぎ かぶ さつまいも ブロッコリー なたね油 固形ブイヨン 食塩 こしょう 調製豆乳 【彩りサラダ】 キャベツ ミニトマト きゅうり 黄パプリカ ちりめんじゃこ なたね油 穀物酢 食塩 こしょう | 【麦ごはん】 米 押麦 【チャプチェ】 和牛・かたロース はるさめ にんじん たまねぎ ピーマン ごぼう まいたけ ごま油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 【豆腐のスープ】 絹ごし豆腐 生わかめ 中華だし 食塩 | 【麦ごはん】 米 押麦 【お豆のキーマカレー】 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ 大豆(水煮) カリフラワー かぼちゃ なたね油 カレールウ 【もやしのスープ】 もやし えのきたけ 固形ブイヨン 食塩 | 【麦ごはん】 米 押麦 【カレイのごまみそ煮】 カレイ しょうが 三温糖 合成清酒 淡色辛みそ みりん すりごま ごま油 【青菜の納豆和え】 こまつな はくさい 挽きわり納豆 油揚げ にんじん こいくちしょうゆ かつお節 【しめじのおすまし】 ぶなしめじ たまねぎ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし | 【焼きビーフン】 豚・かたロース にんじん たまねぎ しいたけ キャベツ 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 【ねぎのスープ】 根深ねぎ コーン(缶詰,粒) 中華だし 食塩 |
| | 午後 おやつ | 【高野豆腐のかりかりスティック】 高野豆腐 薄力粉 なたね油 グラニュー糖 きな粉 【牛乳】 普通牛乳 | 【ひじきのおにぎり】 米 ひじき こいくちしょうゆ みりん かつお節 【牛乳】 普通牛乳 | 【ココアケーキ】 薄力粉 ベーキングパウダー ピュアココア 三温糖 水 なたね油 【豆乳】 調整豆乳 | 【ツナチーズサンド】 ロールパン シーチキン チーズ マヨドレ 【牛乳】 普通牛乳 | 【ソフトせんべい塩味】 ソフトせんべい塩味 【鯛まんじゅう】 鯛まんじゅう 【牛乳】 普通牛乳 |