

	(月) 12 26	(火) 27	(水) 14 28	(木) 1 15 29	(金) 2 16 30	(土) 17
昼食	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【豚肉と豆腐の中華炒め】</b> 豚・かたロース 木綿豆腐 にんじん はくさい もやし にら しょうが 根深ねぎ ごま油 三温糖 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ オイスターソース</p> <p><b>【ワンタンスープ】</b> ぎょうざの皮 生わかめ 中華だし 食塩</p>	<p><b>【ロールパン】</b> ロールパン</p> <p><b>【鮭のパン粉焼き】</b> 鮭 にんにく 食塩 合成清酒 こいくちしょうゆ パン粉 パセリ-乾</p> <p><b>【れんこんサラダ】</b> れんこん ブロッコリー レタス 赤パプリカ マヨドレ なたね油 穀物酢 食塩 こしょう ごま-すり</p> <p><b>【ほうれんそうのスープ】</b> ほうれんそう じゃがいも 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【親子丼】</b> 若鶏・もも 鶏卵 高野豆腐 にんじん たまねぎ 乾しいたけ みつば 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</p> <p><b>【なすのみそ汁】</b> なす なめこ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p><b>【カレーうどん】</b> 豚・かたロース うどん たまねぎ にんじん 油揚げ まいたけ 葉ねぎ こいくちしょうゆ みりん カレールウ カレー粉 食塩 かつお・昆布だし じゃがいもでん粉</p> <p><b>【三色和え】</b> しゅんぎく にんじん こまつな 切り干し大根 こいくちしょうゆ みりん</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鶏肉のケチャップ炒め】</b> 若鶏・もも たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン エリンギ なたね油 こいくちしょうゆ トマトケチャップ</p> <p><b>【大根のスープ】</b> 大根 えだまめ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【焼きビーフン】</b> 豚・かたロース にんじん たまねぎ しいたけ はくさい 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</p> <p><b>【コーンのスープ】</b> コーン(缶詰,粒) みずな 中華だし 食塩</p>
午後おやつ	<p><b>【きのこの炊き込みおにぎり】</b> 米 しいたけ まいたけ みつば 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩</p> <p><b>【牛乳】</b></p>	<p><b>【大根もち】</b> 大根 干しえび 葉ねぎ 米粉 食塩 ごま油 こいくちしょうゆ</p> <p><b>【牛乳】</b></p>	<p><b>【小倉トースト】</b> 食パン つぶしあん マーガリン</p> <p><b>【豆乳】</b> 調整豆乳</p>	<p><b>【さつまいもの蒸しパン】</b> ホットケーキミックス 鶏卵 調製豆乳 なたね油 さつまいも</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【みかんゼリー】</b> みかんゼリー</p> <p><b>【元気あまからせん】</b> 元気あまからせん</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【豆乳クッキー】</b> 豆乳クッキー</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>

	(月) 5 19	(火) 6 20	(水) 7 21	(木) 8 22	(金) 9	(土) 10 24
昼 食	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【ハヤシライス】</b> 豚・かたロース にんじん たまねぎ トマト マッシュルーム ブロッコリー 有塩バター 三温糖 固形ブイヨン デミグラスソース トマトピューレー ウスターソース トマトケチャップ 薄力粉</p> <p><b>【かぼちゃのスープ】</b> かぼちゃ セロリ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鯛の幽庵焼き】</b> 鯛 こいくちしょうゆ みりん ゆず・果汁</p> <p><b>【ひじきの酢の物】</b> ひじき きゅうり にんじん 竹輪 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢</p> <p><b>【麩のおすまし】</b> 麩 まいたけ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>	<p><b>【コーンクリームスパゲッティ】</b> 若鶏・もも コーン(缶詰,粒) コーンクリーム たまねぎ にんじん はくさい ほうれんそう エリンギ 有塩バター 固形ブイヨン 普通牛乳 スパゲッティ 食塩 こしょう</p> <p><b>【かぶのスープ】</b> かぶ いんげんまめ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【豚肉と里芋の煮物】</b> 豚・かたロース さといも にんじん とうがん ごぼう 板こんにゃく さやえんどう 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><b>【厚揚げのみそ汁】</b> 厚揚げ チンゲンサイ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【焼きからあげ】</b> 若鶏・もも 合成清酒 こいくちしょうゆ しょうが じゃがいもでん粉</p> <p><b>【水菜の中華和え】</b> みずな もやし 黄パプリカ ハム ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 食塩</p> <p><b>【しいたけのスープ】</b> しいたけ 絹ごし豆腐 中華だし 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【野菜たっぷりそぼろ丼】</b> 牛・ひき肉 豚・ひき肉 たまねぎ にんじん 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 じゃがいもでん粉</p> <p><b>【さつまいものみそ汁】</b> さつまいも カットわかめ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>
	午後おやつ	<p><b>【洋風お好み焼き】</b> 薄力粉 鶏卵 ながいも かつお・昆布だし キャベツ コーン(缶詰,粒) チーズ お好み焼きソース かつお節</p> <p>【豆乳】</p>	<p><b>【焼きいも】</b> さつまいも</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【きなこクリームサンド】</b> 食パン きな粉 三温糖 調製豆乳</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【わかめごはんのおにぎり】</b> 米 カットわかめ</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【りんご】</b> りんご</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>

		(火)	13										
昼 食													
午後 おやつ													

**【ロールパン】**  
ロールパン

**【鮭のパン粉焼き】**  
鮭  
にんにく  
食塩  
合成清酒  
こいくちしょうゆ  
パン粉  
パセリ-乾

**【れんこんサラダ】**  
れんこん  
ブロッコリー  
レタス  
赤パプリカ  
マヨドレ  
なたね油  
穀物酢  
食塩  
こしょう  
ごま-すり

**【ほうれんそうのスープ】**  
ほうれんそう  
じゃがいも  
固形ブイヨン  
食塩

**【ラムネ】**  
ラムネ

**【大根もち】**  
大根  
干しえび  
葉ねぎ  
米粉  
食塩  
ごま油  
こいくちしょうゆ

**【牛乳】**