

	(月) 10	(火) 25	(水) 12 26	(木) 13 27	(金) 14 28	(土) 1 15
昼食	<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【ユーリンチー】</b> 若鶏・もも じゃがいもでん粉 食塩 こしょう 根深ねぎ しょうが にんにく 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油  <b>【春雨サラダ】</b> はるさめ きゅうり 黄ピーマン ハム ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢  <b>【にらのスープ】</b> にら もやし 中華だし 食塩	<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【かぼちゃのそぼろ煮】</b> 若鶏・ひき肉 高野豆腐 たまねぎ かぼちゃ えのきたけ チンゲンサイ 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 じゃがいもでん粉  <b>【春菊のおすまし】</b> 春菊 大根 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし	<b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦  <b>【ポークストロガノフ】</b> 豚・かたロース にんじん たまねぎ ブロッコリー マッシュルーム なたね油 三温糖 固形ブイヨン トマトピューレー デミグラスソース ウスターソース 薄力粉 食塩 こしょう  <b>【しめじのスープ】</b> ぶなしめじ えだまめ 固形ブイヨン 食塩	<b>【きつねうどん】</b> 若鶏・もも たまねぎ まいたけ 葉ねぎ うどん 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 油揚げ 三温糖 こいくちしょうゆ かつお・昆布だし  <b>【ひじきの煮物】</b> ひじき にんじん ごぼう 大豆 乾しいたけ なたね油 三温糖 こいくちしょうゆ みりん かつお・昆布だし	<b>【ロールパン】</b> ロールパン  <b>【サーモンチャウダー】</b> 鮭 さつまいも たまねぎ はくさい ほうれんそう 有塩バター 固形ブイヨン クリームチーズ 普通牛乳 食塩 薄力粉  <b>【チーズサラダ】</b> チーズ レタス ミニトマト コーン(缶詰) 穀物酢 なたね油 食塩 こしょう	<b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦  <b>【回鍋肉丼】</b> 豚・かたロース たまねぎ にんじん キャベツ ピーマン ぶなしめじ ごま油 中華だし 淡色辛みそ 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 三温糖  <b>【わかめのスープ】</b> カットわかめ 絹ごし豆腐 中華だし 食塩
	午後おやつ	<b>【さつまいもギョーザ】</b> さつまいも 三温糖 調整豆乳 ぎょうざの皮 なたね油  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【ゆずマドレーヌ】</b> 薄力粉 有塩バター ベーキングパウダー ゆず 鶏卵 グラニュー糖 食塩  <b>【牛乳】</b>	<b>【抹茶トースト】</b> 食パン 抹茶 グラニュー糖 マーガリン  <b>【豆乳】</b> 調整豆乳	<b>【みかん】</b> みかん  <b>【どうぶつえんクッキー】</b> どうぶつえんクッキー  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【焼きおにぎり】</b> 米 かつお節 こいくちしょうゆ みりん  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳

	(月) 3 17	(火) 4 18	(水) 5 19	(木) 6 20	(金) 21	(土) 8 22
昼 食	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【ギニリン】</b> 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ じゃがいも さやいんげん にんにく 有塩バター 三温糖 こいくちしょうゆ トマト缶 こしょう かつお・昆布だし</p> <p><b>【冬瓜のスープ】</b> とうがん えのきたけ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【プルコギ】</b> 牛・かたロース にんじん たまねぎ にら もやし まいたけ にんにく ごま油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 淡色辛みそ こしょう ごま-いり</p> <p><b>【豆腐のスープ】</b> 絹ごし豆腐 レタス 中華だし 食塩</p>	<p><b>【鶏とほうれん草のスパゲッティ】</b> 若鶏・もも ほうれんそう たまねぎ かぼちゃ なす エリンギ なたね油 固形ブイヨン こいくちしょうゆ 三温糖 スパゲッティ</p> <p><b>【カリフラワーのスープ】</b> カリフラワー キャベツ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【ちびっこおでん】</b> がんもどき 竹輪 さつま揚げ にんじん 大根 こんにゃく じゃがいも こいくちしょうゆ みりん かつお・昆布だし</p> <p><b>【しいたけのみそ汁】</b> しいたけ 生わかめ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p><b>【パエリア風ごはん】</b> 米 ベーコン たまねぎ ピーマン コーン(缶詰) なたね油 固形ブイヨン トマトケチャップ 食塩</p> <p><b>【照り焼きチキン】</b> 若鶏・もも 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん</p> <p><b>【ポテトサラダ】</b> じゃがいも にんじん ブロッコリー シーチキン マヨドレ 穀物酢 食塩 こしょう</p> <p><b>【オクラのスープ】</b> オクラ かぶ 固形ブイヨン 食塩</p> <p><b>【ミニカップゼリー】</b> ミニカップゼリー</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【豚の生姜焼き丼】</b> 豚・かたロース たまねぎ にんじん こまつな もやし しょうが 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>【とろろ昆布のおすまし】</b> とろろ昆布 大根 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>
	午後 おやつ	<p><b>【あんまん】</b> こしあん 薄力粉 ベーキングパウダー 三温糖 なたね油 食塩 湯</p> <p><b>【豆乳】</b></p>	<p><b>【プリン】</b> プリン</p> <p><b>【源氏パイ】</b> 源氏パイ</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【ベイクドポテト】</b> じゃがいも トマトケチャップ</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【大根菜のおにぎり】</b> 米 大根の葉 食塩 ちりめんじゃこ</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【クリスマスケーキ】</b> 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー 三温糖 調整豆乳 なたね油 いちご バナナ ホイップクリーム</p> <p>【牛乳】</p>

		(火) 11			(金) 7	
昼 食		<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【かぼちゃのそぼろ煮】</b> 若鶏・ひき肉 高野豆腐 たまねぎ かぼちゃ えのきたけ チンゲンサイ 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 じゃがいもでん粉  <b>【春菊のおすまし】</b> 春菊 大根 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし			<b>【ロールパン】</b> ロールパン  <b>【たらのカレームニエル】</b> たら 薄力粉 カレー粉 食塩 こしょう  <b>【ポテトサラダ】</b> じゃがいも にんじん ブロッコリー シーチキン マヨドレ 穀物酢 食塩 こしょう  <b>【オクラのスープ】</b> オクラ かぶ 固形ブイヨン 食塩	
	午後おやつ	<b>【マドレーヌ】</b> 薄力粉 有塩バター ベーキングパウダー レモン 鶏卵 グラニュー糖 食塩  <b>【牛乳】</b>			<b>【米粉のケーキ】</b> 米粉 片栗粉 ベーキングパウダー 三温糖 調整豆乳 なたね油 ママレードジャム  <b>【牛乳】</b>	