

献立表

2023年8月

日付	完了	
	午前食	午後食
1 (火)	軟飯 みそ汁 (玉ねぎ・じゃがいも・昆布だし・味噌) 和風ハンバーグ (豚ひき肉・玉ねぎ・人参・豆腐・パン粉・牛乳・砂糖・酒・みりん・醤油・片栗粉) 三色和え (人参・小松菜・もやし・ごま油・醤油・味噌・マヨネーズ・鶏がら)	牛乳 大学かぼちゃ (かぼちゃ・油・砂糖・みりん・醤油・黒ごま)
2 (水)	軟飯 かきたま汁 (卵・かつお昆布だし・醤油・片栗粉・塩) カレイの西京焼き (カレイ・酒・砂糖・みりん・味噌) キャベツの中巻サラダ (キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・ごま油・鶏がら) オレンジ	牛乳 チーズチヂミ (小松菜・ニラ・人参・チーズ・小麦粉・片栗粉・ベーキングパウダー・鶏がら・豆腐・豆乳・油・醤油・砂糖・ごま油・ごま)
3 (木)	ロールパン スープ (チンゲン菜・玉ねぎ・コンソメ) チキンと夏野菜のトマト煮 (鶏もも肉・玉ねぎ・なす・かぼちゃ・ズッキーニ・油・トマト缶・コンソメ) ひじきサラダ (ひじき・きゅうり・人参・コーン・マヨネーズ・砂糖・酢・鶏がら・醤油・ごま油)	牛乳 ツナとこんぶの軟飯 (米・昆布だし・ツナ・塩昆布・ごま油・醤油)
4 (金)	冷やしうどん (うどん・きゅうり・もやし・トマト・醤油・砂糖・りんご酢・ねりごま・ごま油) スープ (豆腐・ねぎ・鶏がら・醤油) じゃがいものそぼろ煮 (じゃがいも・豚ひき肉・かつお昆布だし・酒・みりん・砂糖・醤油・片栗粉)	牛乳 とうもろこし ハイハイ
5 (土)	他人丼 (米・豚肉・玉ねぎ・人参・卵・かつお昆布だし・酒・みりん・砂糖・醤油) みそ汁 (大根・わかめ・かつお昆布だし・味噌) マカロニサラダ (マカロニ・きゅうり・人参・チーズ・マヨネーズ・砂糖・酢)	牛乳 フォー (フォー・豚ひき肉・玉ねぎ・もやし・小葱・鶏がら・醤油・ごま油)
7 (月)	軟飯 そうめん汁 (そうめん・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・人参・かつお昆布だし・みりん・醤油) 鶏肉のねぎ塩焼き (鶏もも肉・ねぎ・鶏がら・ごま油・塩) 切り干し大根のケチャップ煮 (切り干し大根・人参・いんげん・コーン・油・醤油・ケチャップ)	牛乳 ソフトクッキー (ホットケーキ粉・グラニュー糖・ヨーグルト・無塩バター)
8 (火)	食パン マカロニスープ (マカロニ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・コンソメ) カジキのパン粉焼き (カジキ・米粉・水・パン粉) フレンチサラダ (キャベツ・人参・きゅうり・砂糖・酢・油・塩)	牛乳 おなか軟飯 (米・かつお節・砂糖・醤油)
9 (水)	夏野菜スパゲティ (スパゲティ・鶏肉・玉ねぎ・なす・ズッキーニ・赤ピーマン・油・コンソメ・醤油・みりん) コーンスープ (玉ねぎ・無塩バター・小麦粉・クリームコーン・牛乳・コンソメ) トマトのおかか和え (トマト・きゅうり・かつお節・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 コーンフレーク バナナ
10 (木)	中華丼 (米・豚肉・酒・キャベツ・玉ねぎ・人参・えのき・チンゲン菜・ごま油・砂糖・みりん・鶏がら・醤油・片栗粉) みそ汁 (もやし・かつお昆布だし・味噌) わかめサラダ (わかめ・きゅうり・大根・砂糖・酢・醤油・ごま油・鶏がら)	牛乳 カップケーキ (卵・砂糖・牛乳・小麦粉・油)
12 (土)	うどん (うどん・ねぎ・人参・ほうれん草・かつお昆布だし・酒・醤油) ゆで豚のごまだれサラダ (豚肉・もやし・きゅうり・人参・砂糖・味噌・マヨネーズ・醤油・ごま油) オレンジ	牛乳 ピラフ (米・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン・バター・コンソメ)
14 (月)	タコライス (米・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ケチャップ・コンソメ・キャベツ・トマト) ポタージュスープ (じゃがいも・玉ねぎ・バター・コンソメ・牛乳) バナナ	牛乳 ゼリー ハイハイ
15 (火)	豚丼 (米・豚肉・玉ねぎ・しめじ・油・砂糖・みりん・醤油・酒・片栗粉) スープ (豆腐・チンゲン菜・コンソメ) コールスロー (キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・油・塩)	牛乳 米粉のすいとん (玉ねぎ・人参・白菜・鶏肉・豆腐・米粉・片栗粉 かつお昆布だし・みりん・醤油)
16 (水)	肉みそうどん (うどん・豚ひき肉・ねぎ・人参・砂糖・酒・みりん・醤油 味噌・片栗粉・かつお昆布だし) 鉄骨サラダ (ひじき・人参・きゅうり・しらす・コーン・砂糖・酢・ごま油・マヨネーズ・醤油) オレンジ	牛乳 ツナチャーハン (米・ツナ・玉ねぎ・人参・ピーマン・ごま油・鶏がら・醤油)
17 (木)	軟飯 わかめスープ (わかめ・鶏がら・醤油) マーボーなす (豚ひき肉・生姜・なす・玉ねぎ・人参・ニラ・ごま油・砂糖・酒・ケチャップ・味噌・鶏がら・醤油・片栗粉) はるさめサラダ (はるさめ・きゅうり・人参・もやし・卵・砂糖・酢・醤油・鶏がら・ごま油・ごま)	牛乳 みそバタートースト (食パン・味噌・バター・グラニュー糖)
18 (金)	軟飯 みそ汁 (麩・かつお昆布だし・味噌) 鶏じゃが (鶏もも肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・いんげん・油・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油) ブロッコリーのマヨ和え (ブロッコリー・きゅうり・人参・マヨネーズ・砂糖・酢・醤油・味噌)	牛乳 マカロニボリタン (マカロニ・玉ねぎ・ピーマン・コーン・油・コンソメ・ケチャップ)
19 (土)	ドリア (米・鶏もも肉・玉ねぎ・しめじ・ケチャップ・コンソメ・バター・小麦粉・牛乳・チーズ・パン粉) スープ (じゃがいも・玉ねぎ・コンソメ) さっぱりサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・油・塩)	牛乳 サラダそうめん (そうめん・きゅうり・トマト・ツナ・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油・ごま油)
21 (月)	焼うどん (うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・ごま油・砂糖・醤油・鶏がら・かつお節) たまごスープ (卵・鶏がら・醤油・片栗粉) トマトときゅうりのツナ和え (トマト・きゅうり・ツナ・砂糖・酢・醤油・マヨネーズ・ごま油)	牛乳 スイートポテト (さつまいも・砂糖・バター・牛乳)
22 (火)	食パン ジュリアンスープ (キャベツ・玉ねぎ・人参・コンソメ) チキン (鶏もも肉・ヨーグルト・ケチャップ・生姜・醤油) さっぱりサラダ (キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・油)	牛乳 じゃこわかめ軟飯 (米・昆布だし・しらす・わかめ)
23 (水)	軟飯 冬瓜汁 (冬瓜・えのき・ねぎ・かつお昆布だし・酒・醤油) 鮭の塩麹焼き (鮭・塩麹) ネバネバ和え (ひきわり納豆・オクラ・人参・海苔・砂糖・醤油・ごま油)	牛乳 トマトとひき肉のペンネ (ペンネ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・バター・砂糖・ケチャップ・コンソメ)
24 (木)	豚丼 (米・豚肉・生姜・玉ねぎ・ピーマン・砂糖・みりん・酒・味噌・醤油) みそ汁 (ねぎ・わかめ・かつお昆布だし・味噌) ブロッコリーのクリームサラダ (ブロッコリー・キャベツ・人参・砂糖・マヨネーズ・ヨーグルト・醤油) オレンジ	牛乳 フローズンヨーグルト (生クリーム・砂糖・ヨーグルト) ビスケット
25 (金)	軟飯 中華コーンスープ (クリームコーン・卵・片栗粉・鶏がら・醤油) ジャージャン豆腐 (厚揚げ・豚ひき肉・ごま油・玉ねぎ・人参・ニラ・味噌・砂糖・酒・醤油・鶏がら・片栗粉) ハンサンスー (はるさめ・きゅうり・人参・砂糖・酢・鶏がら・醤油・ごま油)	牛乳 ホットケーキ (ホットケーキ粉・卵・牛乳・バター)
26 (土)	鶏と野菜のうま煮丼 (米・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・エリンギ・油・砂糖・酒・みりん・醤油・味噌・鶏がら・片栗粉) みそ汁 (玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) ハリハリサラダ (切り干し大根・きゅうり・人参・しらす・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 ビスケット ハイハイ
28 (月)	わかめ軟飯 (米・炊き込みわかめ) みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) 鶏のてりやき (鶏もも肉・酒・みりん・砂糖・醤油) キャベツのおかか和え (キャベツ・きゅうり・人参・かつお節・砂糖・酢・醤油・油)	牛乳 お麩ラスク (麩・バター・グラニュー糖) バナナ
29 (火)	軟飯 むらこも汁 (豆腐・ほうれん草・人参・卵・かつお昆布だし・酒・醤油) さばのごまみそ焼き (さば・生姜・砂糖・みりん・酒・醤油) コロコロサラダ (きゅうり・人参・大根・コーン・チーズ・マヨネーズ・ヨーグルト・砂糖・酢・醤油)	牛乳 ちんすこう (小麦粉・砂糖・油・塩)
30 (水)	コッペパン abcスープ (マカロニ・玉ねぎ・人参・コンソメ) なすとポテトのミートグラタン (なす・じゃがいも・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・砂糖・ケチャップ・コンソメ・チーズ) ブロッコリーサラダ (ブロッコリー・キャベツ・人参・砂糖・酢・醤油・油) スイカ	牛乳 パイシュー (パイ生地・生クリーム)
31 (木)	うどん (うどん・豚肉・玉ねぎ・ねぎ・人参・かつお昆布だし・みりん・醤油) 切り干し大根のごまみそ和え (切り干し大根・きゅうり・人参・すりごま・ねりごま・ごま油・砂糖・酢・味噌・マヨネーズ) バナナ	牛乳 とうもろこし軟飯 (米・とうもろこし・バター・醤油)