

献立表

2023年11月

日付	完了	完了
	午前食	午後食
1 (水)	軟飯 みそ汁(麩・かつお昆布だし・味噌) 白菜とひき肉のうま煮(豚ひき肉・生姜・白菜・にんじん・玉ねぎ・エリンギ 酒・砂糖・醤油・鶏がら・味噌・ごま油・片栗粉) さつまいもの天ぷら(さつまいも・玉ねぎ・米粉・片栗粉・油)	牛乳 コーンフレーク
2 (木)	鶏ちゃんうどん(うどん・鶏肉・白菜・ねぎ・にんじん・ほうれん草・ごぼう・豆腐 ・かつお昆布だし・味噌・みりん・酒・醤油) 鉄骨サラダ(ひじき・きゅうり・にんじん・しらす・コーン・ごま油 マヨネーズ・砂糖・醤油・酢) バナナ	牛乳 納豆チャーハン(米・ひきわり納豆・ねぎ・にんじん・卵・鶏がら・ごま油・醤油)
4 (土)	豚丼(米・豚肉・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・油・砂糖・酒・みりん・味噌 醤油・鶏がら) みそ汁(油揚げ・小松菜・かつお昆布だし・味噌) 切り干し大根のごまマヨ和え(切り干し大根・きゅうり・にんじん・砂糖・マヨネーズ・ ごま油・醤油・酢)	牛乳 さつまいもケーキ(さつまいも・牛乳・卵・砂糖・小麦粉・無塩バター)
6 (月)	軟飯 かきたま汁(卵・かつお昆布だし・片栗粉・醤油) 肉じゃが(豚肉・玉ねぎ・にんじん・じゃがいも・油・かつお昆布だし・砂糖 みりん・酒・醤油) 納豆和え(ひきわり納豆・ほうれん草・にんじん・海苔・しらす・ごま油・砂糖)	牛乳 キャラメルお麩ラスク(麩・無塩バター・グラニュー糖・牛乳) バナナ
7 (火)	コッペパン コンソメスープ(クリームコーン・玉ねぎ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ) カジキのフライ(カジキ・小麦粉・卵・パン粉・油) キャベツのりんご酢サラダ(キャベツ・きゅうり・にんじん・砂糖・りんご酢・油)	牛乳 中華ビーフン(ビーフン・豚ひき肉・玉ねぎ・にんじん・ニラ・ごま油・醤油 鶏がら・砂糖)
8 (水)	軟飯 スープ(小松菜・コーン) 豚肉と根菜の煮物(豚肉・大根・レンコン・じゃがいも・にんじん・ほうれん草・酒・砂糖・みりん・醤油) ヨーグルト(ヨーグルト・グラニュー糖・バナナ・みかん缶)	牛乳 ゼリー ハイハイ
9 (木)	軟飯 みそ汁(白菜・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) ハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・にんじん・パン粉・牛乳) ポテトサラダ(じゃがいも・きゅうり・にんじん・チーズ・マヨネーズ・砂糖・酢)	牛乳 りんごジャムケーキ(ホットケーキ粉・卵・牛乳・バター・油・りんご・バター・グラニュー糖)
10 (金)	そぼろうどん(うどん・豚ひき肉・キャベツ・にんじん・もやし・コーン・ 鶏がら・かつお昆布だし・醤油・みりん) だいこんのマヨ和え(大根・きゅうり・にんじん・すりごま・砂糖・マヨネーズ 酢・醤油・ごま油) オレンジ	牛乳 ツナとこんぶの軟飯(米・ツナ・塩昆布・醤油・ごま油)
11 (土)	鶏と野菜のうま煮丼(米・鶏もも肉・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・エリンギ・ 油・砂糖・酒・みりん・醤油・味噌・鶏がら・片栗粉) みそ汁(かぶ・かつお昆布だし・味噌) ハンサンスー(はるさめ・きゅうり・にんじん・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 クッキー(バター・砂糖・卵・小麦粉)
13 (月)	豚丼(米・豚肉・玉ねぎ・しめじ・にんじん・砂糖・みりん・酒・醤油・味噌) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・コンソメ) さっぱりサラダ(キャベツ・きゅうり・にんじん・コーン・砂糖・酢・醤油・油) オレンジ	牛乳 じゃこマヨトースト(食パン・しらす・マヨネーズ・あおのり)
14 (火)	軟飯 みそ汁(かぼちゃ・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) カレイの西京焼き(カレイ・砂糖・酒・みりん・味噌) はるさめサラダ(春雨・きゅうり・にんじん・もやし・卵・砂糖・醤油・酢・鶏がら・ごま油)	牛乳 トマトとひき肉のパンネ(パンネ・豚ひき肉・玉ねぎ・にんじん・バター・ 砂糖・ケチャップ・コンソメ)
15 (水)	焼きうどん(うどん・豚肉・玉ねぎ・にんじん・キャベツ・もやし・ごま油・かつお節・砂糖・醤油) 中華コンソメスープ(クリームコーン・卵・鶏がら・醤油・片栗粉) ブロックリーサラダ(ブロックリー・きゅうり・にんじん・砂糖・酢・醤油・マヨネーズ・味噌)	牛乳 鮭ときのこの軟飯(米・鮭・しめじ・まいたけ・えのき・小葱 かつお昆布だし・みりん・酒・醤油)
16 (木)	チャーハン(米・玉ねぎ・にんじん・ピーマン・卵・油・鶏がら・醤油) わかめスープ(わかめ・かつお昆布だし・醤油) からあげ(鶏肉・生姜・酒・みりん・醤油・鶏がら・片栗粉・油) 中華ナムル(もやし・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・鶏がら・ごま油)	牛乳 豆乳バナナマフィン(ホットケーキ粉・卵・砂糖・無調整豆乳・油・バター・バナナ)
17 (金)	わかめ軟飯(米・炊き込みわかめ) やみなべ(豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・さつまいも・かつお昆布だし・味噌) みかん	牛乳 やさしいチップス(さつまいも・レンコン・かぼちゃ・油)
18 (土)	うどん(うどん・ねぎ・人参・小松菜・かつお昆布だし・酒・みりん・醤油) ゆで鶏のごまだれサラダ(鶏ささみ・もやし・きゅうり・人参・砂糖・味噌・マヨネーズ・醤油・すりごま・ごま油)	牛乳 ケチャップライス(米・玉ねぎ・人参・コーン・油・ケチャップ・コンソメ・チーズ)
20 (月)	中華丼(米・豚肉・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・酒・醤油・鶏がら・片栗粉) たまごスープ(卵・鶏がら・片栗粉・醤油) わかめサラダ(大根・わかめ・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油・鶏がら)	牛乳 スイートポテト(さつまいも・バター・砂糖・牛乳)
21 (火)	食パン ミネストローネスープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・トマトジュース・コンソメ) 鮭のパン粉焼き(鮭・小麦粉・パン粉・油) フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・油)	牛乳 ひじき軟飯(米・ひじき・人参・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油)
22 (水)	もみじ軟飯(米・人参・しらす・かつお昆布だし・醤油) みそ汁(白菜・豆腐・かつお昆布だし・味噌) 鶏のてりやき(鶏肉・砂糖・みりん・酒・醤油) おなか和え(もやし・ほうれん草・人参・かつお節・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 フルーツヨーグルト(バナナ・みかん缶・ヨーグルト・グラニュー糖) クラッカー
24 (金)	ピラフ(米・玉ねぎ・人参・ピーマン・コンソメ・バター) abcスープ(マカロニ・玉ねぎ・人参・キャベツ・コンソメ) コーンフレークチキン(鶏もも肉・コーンフレーク・酒・砂糖・醤油・マヨネーズ・小麦粉・油) キュービックサラダ(きゅうり・人参・大根・チーズ・マヨネーズ・醤油・砂糖)	牛乳 アップルパイ(パイ皮・りんご・グラニュー糖)
25 (土)	そぼろ丼(米・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・エリンギ・油・砂糖・酒・醤油・味噌・片栗粉) みそ汁(大根・わかめ・かつお昆布だし・味噌) じゃこ和え(ブロックリー・きゅうり・人参・しらす・ごま油・砂糖・酢・醤油)	牛乳 ゼリー ハイハイ
27 (月)	ミートソーススパゲティ(スパゲッティ・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・トマト缶 バター・砂糖・ケチャップ・コンソメ) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・コンソメ) ツナサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・砂糖・りんご酢・醤油・油)	牛乳 しらすとあおのりの軟飯(米・しらす・あおのり・昆布だし・醤油)
28 (火)	軟飯 みそ汁(豆腐・わかめ・かつお昆布だし・味噌) 鶏とだいこんのさっぱり煮(鶏肉・大根・人参・いんげん・生姜・酒・砂糖・みりん・酢・醤油) マカロニサラダ(マカロニ・きゅうり・人参・玉ねぎ・チーズ・マヨネーズ・砂糖・酢) オレンジ	牛乳 ラスク(食パン・バター・グラニュー糖)
29 (水)	軟飯 みそ汁(かぶ・かつお昆布だし・味噌) ポークソテー(豚肉・砂糖・酒・みりん・味噌・生姜) レンコンサラダ(れんこん・キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・マヨネーズ・ごま油)	牛乳 おとうふドーナツ(豆腐・ホットケーキ粉・油)
30 (木)	ロールパン かぼちゃシチュー(鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・ブロックリー・バター・小麦粉・牛乳・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)※レーズン除去 バナナ	牛乳 きなこくずもち(無調整豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉・砂糖)