

## 献立表

2023年2月

日付	完了 午前食	完了 午後食
1 (木)	豚丼(米・豚肉・玉ねぎ・しめじ・人参・油・砂糖・みりん・酒・醤油) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜・コンソメ) フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・油)	牛乳 チヂミ(小松菜・人参・ニラ・チーズ・小麦粉・片栗粉・ベーキングパウダー・鶏がら・豆腐・無調整豆乳・油・醤油・砂糖・酢・ごま油・ごま)
2 (金)	まぜ軟飯(米・すし酢・豚肉・砂糖・みりん・酒・醤油・生姜・ごま・ほうれん草・人参・ごま油) はるさめスープ(はるさめ・卵・万能ねぎ・かつお昆布だし・醤油) おなか和え(ブロッコリー・キャベツ・人参・かつお節・砂糖・酢・醤油・ごま油) オレンジ	牛乳 ぐるぐるおいもパイ(パイ生地・さつまいも・砂糖・バター・牛乳・卵・黒ごま)
3 (土)	だぬきうどん(うどん・天かす・わかめ・万能ねぎ・かつお昆布だし・醤油・みりん・酒) 蒸し鶏のごまだれサラダ(鶏ささみ・きゅうり・人参・もやし・すりごま・砂糖 醤油・ごま油・マヨネーズ)	牛乳 ライスコロッケ(米・玉ねぎ・人参・チーズ・ケチャップ・コンソメ・パン粉・油)
5 (月)	チャーハン(米・玉ねぎ・人参・ピーマン・ごま油・鶏がら・醤油) スープ(豆腐・わかめ・鶏がら・醤油) 鶏のからあげ(鶏もも肉・生姜・酒・みりん・醤油・鶏がら・片栗粉・油) さっぱりサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・りんご酢・油)	牛乳 ゼリー ハイハイン
6 (火)	軟飯 みそ汁(さつまいも・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) カジキのてりマヨ焼き(カジキ・酒・米粉・油・砂糖・みりん・醤油・マヨネーズ) 納豆のり和え(ひきわり納豆・ほうれん草・人参・海苔・砂糖・醤油・ごま油) オレンジ	牛乳 ヨーグルトマフィン(ホットケーキ粉・卵・ヨーグルト・バター・砂糖)
7 (水)	食パン コーンスープ(クリームコーン・玉ねぎ・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ) ボークビーンズ(豚肉・大豆・玉ねぎ・人参・ピーマン・トマト缶・油・砂糖・ ケチャップ・コンソメ) ブロッコリーのりんご酢サラダ(ブロッコリー・きゅうり・人参・砂糖・りんご酢・油)	牛乳 しらすとおかかの軟飯(米・昆布だし・しらす・ごま油・かつお節・醤油)
8 (木)	軟飯 みそ汁(麩・かつお昆布だし・味噌) れんこんつくねの甘辛焼き(鶏ひき肉・レンコン・玉ねぎ・人参・生姜・酒・マヨネーズ・ごま油 片栗粉・水・砂糖・みりん・酒・酢・醤油・片栗粉) スパゲッティサラダ(スパゲッティ・キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・マヨネーズ)	牛乳 きなこバターサンド(食パン・きな粉・砂糖・バター・牛乳)
9 (金)	五目みそうどん(うどん・豚ひき肉・ねぎ・人参・もやし・生姜・ごま油・醤油 砂糖・味噌・かつお昆布だし・鶏がら) 鉄骨サラダ(ひじき・しらす・人参・きゅうり・コーン・砂糖・酢・醤油・マヨネーズ・ごま油) バナナ	牛乳 スイートかぼちゃ(かぼちゃ・砂糖・バター・牛乳)
10 (土)	他人丼(米・豚肉・玉ねぎ・人参・万能ねぎ・卵・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油) みそ汁(カブ・かつお昆布だし・味噌) マゼドアンサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参・チーズ・砂糖・酢・マヨネーズ)	牛乳 ジャムクッキー(バター・砂糖・卵・小麦粉・牛乳・いちごジャム)
13 (火)	うどん(うどん・豚肉・玉ねぎ・ねぎ・人参・かつお昆布だし・酒・みりん・醤油) 切干大根のマヨ和え(切干大根・きゅうり・にんじん・すりごま・ごま油・砂糖・酢・マヨネーズ) バナナ	牛乳 だぬき軟飯(米・醤油・あおのり・天かす・めんつゆ)
14 (水)	軟飯 かきたま汁(卵・万能ねぎ・かつお昆布だし・片栗粉・醤油) 鶏と野菜のうま煮(鶏肉・大根・人参・さつまいも・かつお昆布だし・みりん・酒・砂糖・醤油) ブロッコリーのツナ和え(ブロッコリー・きゅうり・人参・ツナ・チーズ・砂糖・マヨネーズ・酢・醤油)	牛乳 豆腐のケーキ(豆腐・ホットケーキ粉・卵・牛乳・砂糖)
15 (木)	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) 鮭の豆乳グラタン(鮭・玉ねぎ・しめじ・ほうれん草・バター・小麦粉・無調整豆乳 コンソメ・チーズ・パン粉) さっぱりサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・油)	牛乳 中華ビーフン(ビーフン・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ニラ・ごま油・砂糖・醤油・鶏がら)
16 (金)	ピピン丼(米・豚ひき肉・生姜・砂糖・みりん・酒・味噌・醤油・小松菜・人参・もやし・鶏がら・ごま油) みそ汁(白菜・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) さつまいもの甘煮(さつまいも・かつお昆布だし・砂糖・みりん・醤油)	牛乳 バナナヨーグルトムース(ヨーグルト・生クリーム・バナナ) クラッカー
17 (土)	和風パスタ(スパゲッティ・玉ねぎ・人参・キャベツ・しらす・油・みりん・酒・醤油・海苔) スープ(じゃがいも・玉ねぎ・コンソメ) トマトのおなか和え(トマト・きゅうり・かつお節・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 パウンドケーキ(ホットケーキ粉・卵・バター・砂糖・牛乳・粉糖)
19 (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) 鶏のマーマレード焼き(鶏肉・酒・玉ねぎ・マーマレードジャム・生姜・醤油) 三色ナムル(もやし・ほうれん草・人参・すりごま・ごま・砂糖・酢・醤油・ごま油・鶏がら)	牛乳 マカロニきなこ(マカロニ・きな粉・砂糖)
20 (火)	コッペパン abcスープ(マカロニ・玉ねぎ・人参・じゃがいも・コンソメ) コロッケ(じゃがいも・玉ねぎ・豚ひき肉・砂糖・バター・小麦粉・卵・パン粉・油) さっぱりサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・油) オレンジ	牛乳 和風パフェ(無調整豆乳・砂糖・片栗粉・きな粉・生クリーム・グラニュー糖・バナナ)
21 (水)	軟飯 いびき汁(豆腐・ねぎ・人参・カブ・白菜・里芋・かつお昆布だし・醤油) カレイの西京焼き(カレイ・酒・砂糖・みりん・味噌) 冬野菜サラダ(ブロッコリー・カリフラワー・レンコン・人参・マヨネーズ・酢・醤油・ごま油)	牛乳 チーズまんじゅう(無塩バター・砂糖・卵・小麦粉・ベーキングパウダー・クリームチーズ)
22 (木)	ナポリタン(スパゲッティ・豚ひき肉・玉ねぎ・しめじ・ピーマン・バター・ 砂糖・トマト缶・ケチャップ・コンソメ) スープ(玉ねぎ・小松菜・コンソメ) ツナサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 鶏と卵のそうすい(米・鶏ひき肉・卵・かつお昆布だし・醤油・万能ねぎ)
24 (土)	二色丼(米・鶏ひき肉・酒・みりん・砂糖・醤油・卵・砂糖・マヨネーズ・油) みそ汁(ほうれん草・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) レンコンサラダ(レンコン・キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・マヨネーズ・ごま油・すりごま)	牛乳 ゼリー ハイハイン
26 (月)	焼きうどん(うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・ごま油・みりん・酒・醤油・かつお節) たまごスープ(卵・鶏がら・醤油) わかめサラダ(わかめ・きゅうり・大根・砂糖・酢・醤油・鶏がら・ごま油・ごま)	牛乳 ちんすこう(小麦粉・砂糖・油・塩)
27 (火)	ロールパン クリームシチュー(鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・バター・米粉・牛乳・コンソメ) スパニッシュオムレツ(じゃがいも・玉ねぎ・ほうれん草・油・チーズ・卵・牛乳・コンソメ) バナナ	牛乳 中華軟飯(米・豚肉・人参・万能ねぎ・ごま油・砂糖・鶏がら・醤油)
28 (水)	軟飯 みそ汁(大根・かつお昆布だし・味噌) 鮭の塩焼き チャブチエ(はるさめ・豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・ほうれん草・砂糖・醤油 鶏がら・ごま油・ごま)	牛乳 チーズパン(ホットケーキ粉・チーズ・牛乳)
29 (木)	ピラフ(米・玉ねぎ・人参・ピーマン・コーン・油・コンソメ) マカロニスープ(米粉マカロニ・玉ねぎ・キャベツ・人参・じゃがいも・コンソメ) ミートボール(豚ひき肉・玉ねぎ・片栗粉・ケチャップ・コンソメ・醤油) のりしおポテト(じゃがいも・油・あおのり) オレンジ	牛乳 クッキー(バター・卵・牛乳・小麦粉)