

献立表

2024年3月

日付	完了	
	午前食	午後食
1 (金)	ちらし寿司(米・すし酢・人参・エリンギ・さくらでんぶ・きぬさや・焼きのり) お麩のすまし汁(麩・かつお昆布だし・醤油・酒) 味噌漬けポークソテー(豚ロース・生姜・酒・みりん・砂糖・味噌) ひじきサラダ(ひじき・人参・きゅうり・砂糖・酢・醤油・ごま油・マヨネーズ)	牛乳 ビスケットケーキ(ビスケット・生クリーム) オレンジ
2 (土)	ちゃんぽんうどん(うどん・豚肉・生姜・キャベツ・もやし・ねぎ・人参・コーン ごま油・醤油・鶏ガラ・牛乳・かつお昆布だし) だいこんのりごま和え(切り干し大根・きゅうり・人参・ツナ・焼きのり すりごま・砂糖・醤油・マヨネーズ・ごま油)	牛乳 ジャムクッキー(無塩バター・砂糖・卵・小麦粉・牛乳・いちごジャム)
4 (月)	軟飯 豚肉と野菜のケチャップ煮(米・豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ほうれん草・油・コンソメ・ケチャップ・砂糖) スープ(しめじ・玉ねぎ・コンソメ) フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・砂糖・酢・オリーブ油)	牛乳 お麩ラスク(麩・バター・グラニュー糖) バナナ
5 (火)	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・鶏ガラ・醤油・片栗粉) みそ汁(豆腐・ねぎ・かつお昆布だし・味噌) わかめサラダ(わかめ・大根・きゅうり・砂糖・酢・醤油・鶏ガラ・ごま・ごま油) いよかん	牛乳 マドレーヌ(小麦粉・ベーキングパウダー・砂糖・卵・バター)
6 (水)	軟飯 中華スープ(万能ねぎ・人参・えのき・もやし・白菜・卵・鶏ガラ・片栗粉・醤油) 鮭のバターしょうゆ焼き(鮭・酒・米粉・砂糖・みりん・酒・醤油・バター) 切干大根のうま煮(切り干し大根・人参・きぬさや・油・かつお昆布だし・酒・みりん・砂糖・醤油)	牛乳 マカロニボリタン(マカロニ・玉ねぎ・ピーマン・コーン・砂糖・ケチャップ・コンソメ)
7 (木)	食パン 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) てりやきチキン(鶏肉・ヨーグルト・ケチャップ・生姜・醤油・砂糖)※カレー粉 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・醤油)	牛乳 おなか軟飯(米・かつお昆布だし・醤油・かつお節・ごま)
8 (金)	豆乳坦々うどん(うどん・豚ひき肉・ねぎ・人参・エリンギ・酒・みりん・味噌・砂糖 チンゲンサイ・かつお昆布だし・無調整豆乳・鶏ガラ・醤油) レンコンのごまマヨ和え(レンコン・きゅうり・人参・コーン・砂糖・酢・醤油 マヨネーズ・すりごま・ごま油) バナナ	牛乳 クッキー(小麦粉・グラニュー糖・卵・無塩バター)
9 (土)	二色丼(米・鶏ひき肉・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油・味噌・卵・砂糖・マヨネーズ・油) みそ汁(白菜・かつお昆布だし・味噌) だいこんサラダ(大根・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 ビスケット ハイハイ
11 (月)	チャーハン(米・玉ねぎ・人参・ピーマン・卵・ごま油・鶏ガラ・醤油) はるさめスープ(春雨・わかめ・ねぎ・人参・かつお昆布だし・醤油) のり塩からあげ(鶏もも肉・生姜・酒・砂糖・鶏ガラ・塩・小麦粉・片栗粉・あおのり・油) おなかナムル(もやし・きゅうり・人参・砂糖・酢・醤油・ごま油・ごま・かつお節)	牛乳 きなこくずもち(無調整豆乳・片栗粉・砂糖・きな粉・砂糖)
12 (火)	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・バター・トマト缶 砂糖・ケチャップ・コンソメ) スープ(小松菜・玉ねぎ・コーン・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)	牛乳 五平餅(米・味噌・砂糖・酒・ごま)
13 (水)	軟飯 みそ汁(麩・かつお昆布だし・味噌) 肉じゃが(豚肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・きぬさや・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・人参・海苔・ごま油・砂糖・醤油)	牛乳 コーンフレーク バナナ
14 (木)	コッペパン スープ(玉ねぎ・人参・じゃがいも・コンソメ) とんかつ(豚ロース・塩・こしょう・小麦粉・卵・パン粉・油) パリパリサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・コーン・餃子の皮・油・砂糖・酢・醤油・ごま油) デコボン	牛乳 アップルパイ(パイ皮・りんご・グラニュー糖・バター)
15 (金)	軟飯 むらくも汁(卵・豆腐・ほうれん草・人参・かつお昆布だし・醤油・片栗 カレイの西京焼き(カレイ・酒・砂糖・みりん・味噌) ひじきの五目煮(ひじき・人参・大豆水煮・ごま油・砂糖・酒・みりん・醤油)	牛乳 クリームベンネ(ベンネ・玉ねぎ・しめじ・コーン・バター・小麦粉・牛乳・コンソメ)
16 (土)	鮭とわかめの軟飯(米・鮭・炊き込みわかめ・ごま油) 肉団子のスープ(豚ひき肉・玉ねぎ・生姜・鶏ガラ・白菜・人参・エリンギ・醤油) マゼドアンサラダ(じゃがいも・きゅうり・人参・コーン・マヨネーズ)	牛乳 カップケーキ(卵・牛乳・砂糖・米粉・油)
18 (月)	焼きうどん(うどん・豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・もやし ・酒・醤油・砂糖・ごま油) たまごスープ(卵・万能ねぎ・鶏ガラ・醤油) コロコロサラダ(きゅうり・大根・人参・コーン・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 みそバタートースト(食パン・味噌・グラニュー糖・バター)
19 (火)	クロワッサン かぼちゃシチュー(鶏もも肉・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・バター 米粉・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・醤油・油) バナナ	牛乳 たぬき軟飯(米・あおのり・天かす・ごま・醤油・昆布だし)
21 (木)	わかめ軟飯(米・炊き込みわかめ) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・かつお昆布だし・味噌) やみつきちキン(鶏もも肉・砂糖・みりん・醤油・ケチャップ・マヨネーズ) はるさめサラダ(はるさめ・きゅうり・人参・卵・砂糖・酢・醤油・鶏ガラ・ごま油)	牛乳 フルーツヨーグルト(バナナ・みかん缶・プレーンヨーグルト・グラニュー糖) クラッカー
22 (金)	豚肉の甘みそ丼(米・豚肉・生姜・玉ねぎ・ピーマン・油・砂糖・みりん・酒・醤油 味噌・片栗粉) すまし汁(ほうれん草・かつお昆布だし・醤油) ブロッコリーとチーズのサラダ(ブロッコリー・きゅうり・人参・チーズ・マヨネーズ 砂糖・酢・醤油)	牛乳 おとうふケーキ(ホットケーキ粉・豆腐・砂糖・卵・牛乳・バター)
23 (土)	しらすとツナの和風パスタ(スパゲッティ・しらす・ツナ・玉ねぎ・人参・キャベツ 油・みりん・醤油・海苔) スープ(玉ねぎ・じゃがいも・コンソメ) トマトのごまだれサラダ(トマト・きゅうり・ねぎごま・ごま油・味噌・醤油・マヨネーズ・砂糖)	牛乳 ゼリー ハイハイ
25 (月)	豚丼(米・豚肉・玉ねぎ・人参・しめじ・油・砂糖・みりん・酒・醤油・片栗粉) スープ(玉ねぎ・チンゲン菜・コンソメ) 春キャベツとツナのこんぶ和え(キャベツ・きゅうり・人参・ツナ・こんぶ 砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 パリパリじゃこチップ(餃子の皮・しらす・マヨネーズ・あおのり)
26 (火)	軟飯 わかめスープ(わかめ・ごま・鶏ガラ・醤油) あんかけ揚げぎょうざ(豚ひき肉・キャベツ・ニラ・生姜・鶏ガラ・醤油・酒・ごま油 片栗粉・ぎょうざの皮・油・醤油・酒・砂糖・酢・片栗粉) おなか和え(もやし・小松菜・人参・かつお節・砂糖・酢・醤油・ごま油)	牛乳 ゼリー ハイハイ
27 (水)	食パン スープ(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・塩・こしょう・米粉・パン粉・油) コールスロー(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・万能ねぎ)
28 (木)	軟飯 みそ汁(大根・ほうれん草・かつお昆布だし・味噌) レンコンハンバーグ(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・レンコン・パン粉・牛乳) ミモザサラダ(ブロッコリー・卵・きゅうり・人参・マヨネーズ・砂糖・酢・醤油)	牛乳 きなこ揚げパン(コッペパン・油・きな粉・砂糖)
29 (金)	たぬきうどん(うどん・天かす・わかめ・万能ねぎ・かつお昆布だし・酒・みりん・醤油) 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・ねぎごま・味噌 醤油・砂糖・マヨネーズ・ごま油) デコボン	牛乳 焼きチーズクロquette(じゃがいも・豚ひき肉・玉ねぎ・油・塩・こしょう・チーズ・パン粉)
30 (土)	親子丼(米・鶏もも肉・玉ねぎ・かつお昆布だし・砂糖・みりん・酒・醤油・卵・海苔) みそ汁(かぶ・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・ツナ・コーン・マヨネーズ・砂糖・酢)	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・無塩バター・バナナ)