

	(月) 12 26	(火) 13	(水) 14 28	(木) 1 15 29	(金) 2 16	(土) 3 17
昼食	<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 にんじん たまねぎ キャベツ もやし ほうれんそう しょうが なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 かつお・昆布だし</p> <p><b>【切干大根の梅おかか和え】</b> 切り干し大根 きゅうり 生わかめ えだまめ(冷凍) 梅干し こいくちしょうゆ 本みりん かつお・かつお節</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鮭のマヨネーズ焼き】</b> 鮭 マヨドレ 食塩 こしょう</p> <p><b>【さつま芋のサラダ】</b> さつまいも きゅうり-生 レタス りんご レーズン なたね油 穀物酢 食塩 こしょう</p> <p><b>【トマトのスープ】</b> ミニトマト ベーコン パセリ粉 固形ブイヨン 食塩</p> <p><b>【ミニカップゼリー】</b></p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【ひじきの五目野菜煮】</b> 若鶏・もも ひじき にんじん 大豆(水煮) ごぼう 乾しいたけ 絹さや ごま油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 かつお・昆布だし</p> <p><b>【豆腐のおすまし】</b> 絹ごし豆腐 えのきたけ 三つ葉 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>	<p><b>【塩やきそば】</b> 豚・かたロース キャベツ にんじん たまねぎ まいたけ チンゲンサイ 中華めん(ゆで) ごま油 中華だし 合成清酒 食塩 こしょう レモン・果汁</p> <p><b>【中華和え】</b> きゅうり 生わかめ もやし コーン(缶詰) ごま油 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 食塩 すりごま</p>	<p><b>【ロールパン】</b> ロールパン</p> <p><b>【ミートグラタン】</b> 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ ぶなしめじ マッシュルーム グリーンピース(冷凍) マカロニ 有塩バター 固形ブイヨン デミグラスソース トマトピューレー ウスターソース 食塩 こしょう とろけるチーズ</p> <p><b>【たまごスープ】</b> 鶏卵 セロリ ブロッコリー 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鶏のあまから丼】</b> 若鶏・もも にんじん たまねぎ まいたけ 糸こんにゃく 葉ねぎ なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 かつお・昆布だし</p> <p><b>【南瓜の味噌汁】</b> かぼちゃ オクラ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>
	午後おやつ	<p><b>【ポテトもち】</b> じゃがいも プロセスチーズ じゃがいもでん粉 食塩 こしょう 水</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【フランスパンのフレンチトースト】</b> フランスパン 普通牛乳 鶏卵 有塩バター グラニュー糖</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【ゆかりのおにぎり】</b> 米 しそふりかけ・ゆかり こまつな 食塩</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【オレンジ蒸しパン】</b> ホットケーキミックス 鶏卵 普通牛乳 なたね油 オレンジ天然果汁 みかん缶</p> <p><b>【豆乳】</b> 調製豆乳</p>	<p><b>【ミルクようかん】</b> あずき・こしあん 水 普通牛乳 粉寒天</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>

	(月) 5 19	(火) 6 20	(水) 7 21	(木) 8 22	(金) 9 23	(土) 10 24
昼食	<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【酢鶏】</b> 若鶏・もも たまねぎ たけのこ(水煮) 青ピーマン 黄ピーマン パイナップル(缶詰) なたね油 三温糖 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ 穀物酢 トマトピューレー トマトケチャップ 食塩 じゃがいもでん粉  <b>【もずくスープ】</b> もずく 水菜 中華だし 食塩	<b>【ロールパン】</b> ロールパン  <b>【和風スパゲティ】</b> シーチキン にんじん たまねぎ まいたけ えのきたけ トマト アスパラガス にんにく スパゲッティ なたね油 こいくちしょうゆ 本みりん 食塩 かつお・昆布だし  <b>【コーンクリームスープ】</b> コーン(缶詰) コーンクリーム(缶詰) ブロッコリー 普通牛乳 固形ブイヨン 食塩	<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【炒り豆腐】</b> 若鶏・もも 木綿豆腐 鶏卵 にんじん たまねぎ 板こんにやく 乾しいたけ ふき(ゆで) なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 本みりん かつお・昆布だし  <b>【大根のおすまし】</b> こまつな 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>【中華丼】</b> 豚・かたロース むきえび たまねぎ はくさい たけのこ(水煮) 絹さや しょうが ごま油 三温糖 中華だし 合成清酒 こいくちしょうゆ 食塩 じゃがいもでん粉  <b>【レタススープ】</b> レタス 生わかめ 中華だし 食塩 ごま油	<b>【麦ごはん】</b> 米 押麦  <b>【鯛の幽庵焼き】</b> 鯛 こいくちしょうゆ 本みりん ゆず果汁  <b>【いんげんのごま和え】</b> さやいんげん にんじん なす ぶなしめじ こいくちしょうゆ 本みりん すりごま  <b>【油揚げの味噌汁】</b> 油揚げ たまねぎ 葉ねぎ 淡色辛みそ かつお・昆布だし	<b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦  <b>【マーボー豆腐丼】</b> 牛・ひき肉 豚・ひき肉 木綿豆腐 にんじん たまねぎ れんこん 葉ねぎ 根深ねぎ しょうが ごま油 中華だし 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ 淡色辛みそ 食塩 じゃがいもでん粉  <b>【にらのスープ】</b> にら まいたけ 中華だし 食塩
	<b>【ドーナツ】</b> ホットケーキミックス 鶏卵 普通牛乳 グラニュー糖 なたね油  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【チキンライス】</b> 米 若鶏・もも たまねぎ グリーンピース(冷凍) トマトケチャップ 食塩 こしょう 固形ブイヨン <b>【牛乳】</b>	<b>【パイナップル】</b> パイナップル  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【きなこトースト】</b> 食パン きな粉 グラニュー糖 マーガリン  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【南瓜のフレークボール】</b> かぼちゃ さつまいも 三温糖 有塩バター コーンフレーク  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳	<b>【元気あまからせん】</b> 元気あまからせん  <b>【牛乳】</b> 普通牛乳

		(火) 27			(金) 30	
昼 食		<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鮭のマヨネーズ焼き】</b> 鮭 マヨドレ 食塩 こしょう</p> <p><b>【さつま芋のサラダ】</b> さつまいも きゅうり レタス りんご レーズン なたね油 穀物酢 食塩 こしょう</p> <p><b>【トマトのスープ】</b> ミニトマト ベーコン パセリ粉 固形ブイヨン 食塩</p>			<p><b>【ロールパン】</b> ロールパン</p> <p><b>【ミートグラタン】</b> 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ ぶなしめじ マッシュルーム グリーンピース(冷凍) マカロニ 有塩バター 固形ブイヨン デミグラスソース トマトピューレー ウスターソース 食塩 こしょう とろけるチーズ</p> <p><b>【たまごスープ】</b> 鶏卵 セロリ ブロッコリー 固形ブイヨン 食塩</p>	
	午後 おやつ	<p><b>【フランスパンのフレンチトースト】</b> フランスパン 普通牛乳 鶏卵 有塩バター グラニュー糖</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>			<p><b>【水無月】</b> 薄力粉 上新粉 上白糖 水 甘納豆</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	