

	(月) 4 18	(火) 5 19	(水) 6 20	(木) 7 21	(金) 8	(土) 9
昼食	【しょうゆラーメン】 豚・かたろース しゅんぎく かまぼこ わかめ 葉ねぎ 鳥がらだし こいくちしょうゆ ごま油 中華めん 【れんこんサラダ】 れんこん きゅうり レタス ミントマト なたね油 こいくちしょうゆ 三温糖 かつお節	【ロールパン】 ロールパン 【サーモンチャウダー】 さけ さつまいも たまねぎ はくさい ほうれんそう 有塩バター 固形ブイヨン クリームチーズ 普通牛乳 食塩 薄力粉 【まいたけスープ】 まいたけ にんじん 固形ブイヨン 食塩	【麦ごはん】 米 押麦 【ユーリンチ】 若鶏・もも じゃがいもでん粉 食塩 こしょう 根深ねぎ しょうが にんにく 三温糖 こいくちしょうゆ 穀物酢 ごま油 【みずなともやしのナムル】 みずな もやし にんじん ぶなしめじ ごま油 こいくちしょうゆ 食塩 ごま-いり 【チンゲン菜スープ】 チンゲンサイ さといも 顆粒中華だし 食塩	【麦ごはん】 米 押麦 【ガパオライス】 牛・ひき肉 豚・ひき肉 にんじん たまねぎ なす しいたけ マッシュルーム 根みつば なたね油 うすくちしょうゆ オイスターソース 三温糖 【にらスープ】 にら スイートコーン(缶詰,粒) 顆粒中華だし 食塩	【麦ごはん】 米 押麦 【南瓜のそぼろ煮】 若鶏・ひき肉 たまねぎ かぼちゃ えのき いんげん なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし じゃがいもでん粉 【枝豆のおすまし】 えだまめ-冷凍 かぶ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし	【麦ごはん(丼)】 米 押麦 【きつね丼】 若鶏・もも 油揚げ にんじん たまねぎ こまつな 葉ねぎ なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩 かつお・昆布だし 【麩のみそ汁】 焼きふ まいたけ 淡色辛みそ かつお・昆布だし
	午後おやつ	【ポンデケーキ】 白玉粉 食塩 普通牛乳 粉チーズ なたね油 【牛乳】 普通牛乳	【みかん】 みかん 【マリー】 マリー 【牛乳】 普通牛乳	【レタスチャーハン】 米 レタス 鶏卵・全卵 葉ねぎ ごま油 こいくちしょうゆ 顆粒中華だし 食塩・こしょう 【牛乳】	【あんまん】 こしあん 薄力粉 ベーキングパウダー 三温糖 なたね油 食塩 湯 【牛乳】	【マドレーヌ】 薄力粉 有塩バター ベーキングパウダー レモン 鶏卵・全卵 グラニュー糖 食塩 【牛乳】