

	(月) 11 25	(火) 12 26	(水) 13 27	(木) 14 28	(金) 29	(土) 2 16 30
昼食	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【ビーフカレー】</b> 和牛・かたロース じゃがいも にんじん たまねぎ ピーマン なたね油 カレールウ 普通牛乳</p> <p><b>【大根のスープ】</b> 大根 チンゲンサイ 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【塩焼きそば】</b> 豚・かたロース いか たまねぎ キャベツ にんじん 竹輪 中華めん 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>【かぼちゃのおすまし】</b> かぼちゃ 生わかめ うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【酢鶏】</b> 若鶏・もも たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン 黄パプリカ なたね油 三温糖 中華だし 合成清酒 穀物酢 こいくちしょうゆ 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</p> <p><b>【枝豆のスープ】</b> えだまめ かぶ 中華だし 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鱈の塩焼き】</b> さわら 食塩</p> <p><b>【いんげんの胡麻和え】</b> さやいんげん にんじん なす えのきたけ こいくちしょうゆ みりん ごま・すり</p> <p><b>【とろろ昆布のおすまし】</b> 削り昆布 ほうれんそう うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</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 干ししいたけ ふき ごま油 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</p> <p><b>【なめこのみそ汁】</b> なめこ たまねぎ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【麻婆丼】</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 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</p> <p><b>【舞茸のスープ】</b> まいたけ 小松菜 中華だし 食塩</p>
午後おやつ	<p><b>【パイナップル】</b> パインアップル</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【じゃこマヨラスク】</b> 食パン ちりめんじゃこ マヨドレ</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【おからのソフトクッキー】</b> おから ホットケーキミックス マーガリン 鶏卵 三温糖</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【梅おかかおにぎり】</b> 米 梅干し かつお節 食塩</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>	<p><b>【ミレービスケット】</b> ミレービスケット</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>

	(月) 18	(火) 5 19	(水) 6 20	(木) 7 21	(金) 8 22	(土) 9 23
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>【コーンスープ】</b> コーン(缶詰,粒) ブロッコリー 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>【和風スパゲティ】</b> ベーコン にんじん たまねぎ まいたけ 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 みりん 食塩 かつお・昆布だし</p> <p><b>【小松菜のスープ】</b> こまつな じゃがいも 固形ブイヨン 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【天津丼】</b> 豚・かたろース 鶏卵 にんじん たまねぎ しいたけ チンゲンサイ ごま油 三温糖 中華だし こいくちしょうゆ 穀物酢 食塩 じゃがいもでん粉</p> <p><b>【わかめのスープ】</b> 生わかめ もやし 中華だし 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【焼きからあげ】</b> 若鶏・もも 合成清酒 こいくちしょうゆ しょうが 薄力粉 じゃがいもでん粉</p> <p><b>【胡瓜とえのきの梅和え】</b> きゅうり えのきたけ にんじん 生わかめ 梅干し こいくちしょうゆ みりん</p> <p><b>【油揚げのみそ汁】</b> 油揚げ たまねぎ 淡色辛みそ かつお・昆布だし</p>	<p><b>【麦ごはん】</b> 米 押麦</p> <p><b>【豚肉となすのみそ炒め】</b> 豚・かたろース なす にんじん たまねぎ キャベツ れんこん ごま油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 淡色辛みそ</p> <p><b>【中華スープ】</b> ぶなしめじ みずな 中華だし 食塩</p>	<p><b>【麦ごはん(丼)】</b> 米 押麦</p> <p><b>【鶏丼】</b> 若鶏・もも にんじん たまねぎ 糸こんにゃく えのきたけ こまつな なたね油 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん 食塩</p> <p><b>【オクラのおすまし】</b> オクラ 絹ごし豆腐 うすくちしょうゆ 食塩 かつお・昆布だし</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>【佃煮昆布のおにぎり】</b> 米 昆布 三温糖 合成清酒 こいくちしょうゆ みりん</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【じゃがもち】</b> じゃがいも 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>【黒糖蒸しパン】</b> ホットケーキミックス 鶏卵 普通牛乳 なたね油 黒砂糖</p> <p><b>【牛乳】</b> 普通牛乳</p>	<p><b>【フルーツヨーグルト】</b> もも(缶詰) みかん(缶詰) ヨーグルト</p> <p><b>【豆乳】</b> 調整豆乳</p>

