

2020年10月の献立

献立表

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
						1	牛乳 干菓子	2	牛乳 干菓子	3	牛乳 干菓子
						御飯	米	わかめ御飯	米 炊き込みわかめ	三色丼	米 砂糖 淡口醤油 だしの高 鶏ミンチ 淡口醤油 砂糖 キャベツ 淡口醤油 砂糖 にんじん 淡口醤油 砂糖
						豆焼ハンバーグ	鶏ミンチ 木綿豆腐 たまねぎ にんじん ひじき 砂糖 食塩 淡口醤油 パン粉 濃口醤油 砂糖 みりん 片栗粉	塩肉じゃが	豚肉(もも) じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん しろだし 油 コンソメ 砂糖 淡口醤油 食塩	みそ汁	木綿豆腐 たまねぎ カットわかめ みそ
						信田和え	はくさい にんじん 薄揚げ 淡口醤油 砂糖	貝だくさん汁	ほうれん草 にんじん えのき 高野豆腐 切干大根 いわし(煮干し) 淡口醤油 食塩	パイン缶	パイン缶
						みそ汁	かぼちゃ 小松菜 お酢 みそ	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
						りんご	りんご	オレンジゼリー	カップゼリーの素(オレンジ) みかん缶	干菓子	干菓子
5	牛乳 干菓子	6	牛乳 干菓子	7	牛乳 干菓子	8	牛乳 干菓子	9	牛乳 干菓子	10	牛乳 干菓子
ごぼうのドライカレー	米 鶏ミンチ たまねぎ にんじん ごぼう ビーマン 油 カレールク クチャップ ウスターソース	御飯	米	御飯	米	御飯	米	ナポリタン	スパゲティ 食塩 ホックウィンナー たまねぎ にんじん ビーマン 油 クチャップ コンソメ 砂糖	ロールパン	丸ロール
マカロニサラダ	マカロニ きゅうり にんじん ツナフレーク カーネルコーン マヨドレ 砂糖 食塩	さわらの歯庵焼き	さわら 淡口醤油 砂糖 みりん 炒り果汁	焼きシュウマイ	豚ミンチ キャベツ たまねぎ 鶏がらスープ ワンタンの皮 砂糖 淡口醤油 食塩 片栗粉	鶏肉のあっさり煮	鶏むね肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん ちくわ 油 だしの高 砂糖 淡口醤油 かりん	コンソメスープ	ほうれん草 にんじん じゃがいも コンソメ 食塩 淡口醤油	クリームシチュー	鶏肉(もも) たまねぎ にんじん じゃがいも ブロッコリー 油 シチューミックス クリーム 無調整豆乳
麦茶	麦茶	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	みかん缶	みかん缶	りんご	りんご
フルーツヨーグルト	ヨーグルト パイン缶 砂糖	ココア蒸しパン	ホットケーキミックス ココアパウダー 無調整豆乳 砂糖	バナナ	バナナ	アメリカンドック	ホットケーキミックス 無調整豆乳 ホックウィンナー 油	お膳ラスク	お膳 マーガリン 砂糖 グラニュー糖	干菓子	干菓子
12	牛乳 干菓子	13	牛乳 干菓子	14	牛乳 干菓子	15	牛乳 干菓子	16	牛乳 干菓子	17	牛乳 干菓子
御飯	米	中華丼	米 豚肉(もも) はくさい たまねぎ にんじん ビーマン もやし かまぼこ 油 鶏がらスープ 砂糖 食塩 淡口醤油 みりん 片栗粉	みそラーメン	中華麺 豚肉(もも) キャベツ たまねぎ にんじん もやし たら 食塩 ごま油 鶏がらスープ 淡口醤油 みそ	鶏の唐揚げ	鶏むね肉 食塩 砂糖 淡口醤油 小麦粉 油	振りかけご飯	米 いわし(煮干し) 白ごま 食塩 梅のり	カレーピラフ	米 鶏ミンチ 厚揚げ たまねぎ ミックスベジタブル 油 カレールク コンソメ 食塩
鮭のマヨドレ焼き	鮭 食塩 マヨドレ パセリ粉	餃子スープ	餃子 干ししいたけ 青ねぎ 鶏がらスープ 淡口醤油 食塩 片栗粉	春巻き	春巻き 油	ポテトサラダ	じゃがいも きゅうり にんじん マヨドレ 砂糖 食塩	豚肉と厚揚げのチャンプルー	豚肉(もも) 厚揚げ たまねぎ ビーマン にんじん もやし 油 だしの高 濃口醤油 淡口醤油 砂糖 食塩	マカロニスープ	マカロニ じゃがいも チンゲンサイ にんじん 切干大根 コンソメ 食塩 淡口醤油
スパゲティソテー	スパゲティ 食塩 たまねぎ にんじん 油 鶏がらスープ パセリ粉	パイン缶	パイン缶	みかん缶	みかん缶	洋スープ	小松菜 しめじ にんじん コンソメ 食塩 淡口醤油	すまし汁	木綿豆腐 カットわかめ ほうれん草 いわし(煮干し) 淡口醤油 食塩	バナナ	バナナ
貝だくさん汁	切干大根 小松菜 にんじん お酢 しめじ みそ	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	野菜ジュース	野菜ジュース	きなこドック	ドッグパン小 きな粉 マーガリン 砂糖 食塩	干菓子	干菓子
麦茶	麦茶	フルーツヨーグルト	ヨーグルト 白練塩 砂糖	リッツサンド	ルヴァン フルベリージャム	ピザトースト	食パン ツナフレーク クチャップ とろけるチーズ パセリ粉	野菜ジュース	野菜ジュース	干菓子	干菓子
19	牛乳 干菓子	20	牛乳 干菓子	21	牛乳 干菓子	22	牛乳 干菓子	23	牛乳 干菓子	24	牛乳 干菓子
エビの豆乳クリームスパゲティ	スパゲティ 食塩 茹きえび キャベツ たまねぎ にんじん 油 小麦粉 無調整豆乳 コンソメ パセリ粉	焼き鳥丼	米 鶏もも肉 白ねぎ 油 濃口醤油 砂糖 みりん キャベツ	ハヤシライス	米 牛肉(肩ロース) たまねぎ にんじん 油 シチューミックススープ クチャップ ウスターソース 淡口醤油	かれのい塩焼き	かれい 食塩	大豆カレー	米 鶏ミンチ 大豆水煮 じゃがいも たまねぎ にんじん ビーマン カーネルコーン 油 カレールク	ツナドッグ	ドッグパン小 ツナフレーク きゅうり マヨドレ
野菜スープ	ほうれん草 にんじん エリンギ コンソメ 食塩 淡口醤油	即席漬け	はくさい にんじん きゅうり 淡口醤油 砂糖	ひじきサラダ	ひじき きゅうり にんじん ツナフレーク カーネルコーン マヨドレ 砂糖 食塩	切干大根のサラダ	切干大根 きゅうり にんじん ちくわ 白ごま マヨドレ 砂糖 食塩 淡口醤油	よくばりサラダ	キャベツ きゅうり にんじん ツナフレーク カーネルコーン 花かつお 酢 砂糖 食塩	ポトフ	ポークウィンナー キャベツ たまねぎ じゃがいも ブロッコリー にんじん コンソメ 食塩 淡口醤油
パイン缶	パイン缶	みそ汁	木綿豆腐 もやし 豆みょう みそ	黒糖ドーナツ	ホットケーキミックス 黒糖 木綿豆腐 油	豚汁	豚肉(もも) たまねぎ にんじん さつまいも 薄揚げ 油 みそ	ホイップパン	ドッグパン小 いちごジャム ホイップクリーム	梨	梨
麦茶	麦茶	ストロベリーヨーグルト	ヨーグルト ストロベリーソース 砂糖	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	干菓子	干菓子
26	牛乳 干菓子	27	牛乳 干菓子	28	牛乳 干菓子	29	牛乳 干菓子	30	牛乳 干菓子	31	牛乳 干菓子
御飯	米	御飯	米	御飯	米	さつま芋ご飯	米 さつまいも 食塩	パセリご飯	米 パセリ粉 食塩	肉うどん	うどん 牛肉(肩ロース) たまねぎ にんじん 薄揚げ ちくわ 薄揚げ うどんだし みりん 淡口醤油 片栗粉
コロッケ	コロッケ 油	麻婆豆腐	豚ミンチ 絹豆腐 たまねぎ にんじん 青ねぎ 油 みそ クチャップ 濃口醤油 淡口醤油 砂糖 片栗粉	ポークチャップ	豚肉(もも) 食塩 小麦粉 たまねぎ にんじん 油 クチャップ ウスターソース 砂糖	さわらの照り焼き	さわら 濃口醤油 砂糖 みりん 片栗粉	かぼちゃグラタン	かぼちゃ 鶏むね肉 たまねぎ にんじん マカロニ 油 食塩 ホウダイソース缶 とろけるチーズ パン粉	白和え	絹豆腐 ほうれん草 にんじん しめじ だしの高 淡口醤油 砂糖 白ごま
ほうれん草のソテー	厚揚げ ほうれん草 もやし にんじん 油 砂糖 淡口醤油	ワンタンスープ	ワンタンの皮 カットわかめ 干ししいたけ 鶏がらスープ 淡口醤油 食塩	マッシュポテト	じゃがいも パセリ粉 マヨドレ 砂糖 食塩	切干大根煮	切干大根 にんじん 薄揚げ 高野豆腐 だしの高 淡口醤油 砂糖 かりん	洋スープ	大根 小松菜 にんじん コンソメ 食塩 淡口醤油	バナナ	バナナ
貝だくさん汁	かぼちゃ お酢 たまねぎ 切干大根 カットわかめ みそ	りんご	りんご	貝だくさんスープ	キャベツ 切干大根 にんじん しめじ 鶏がらスープ 食塩 淡口醤油	貝だくさん汁	木綿豆腐 たまねぎ にんじん カットわかめ えのき いわし(煮干し) 淡口醤油 食塩	牛乳	牛乳	麦茶	麦茶
麦茶	麦茶	フルーツヨーグルト	ヨーグルト みかん缶 砂糖	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	干菓子・りんご	干菓子	干菓子	干菓子
		胃のりポテト	シューストリングポテト 食塩 梅のり	パンせんべい	食パン マヨドレ 粉チーズ	フルーツミックス	みかん缶 バナナ パイン缶				