

食材表

1・3・5週

	1・3・5週					
献立名	<p>回鍋肉 空芯菜のスープ ご飯</p>	<p>鮭の照りマヨソース がけ 青じそサラダ オニオンスープ パン</p>	<p>鹿ヶ谷かぼちゃの そばろ煮 味噌汁 ごま塩ご飯</p>	<p>焼きそば 白菜のゆかり和え 大根スープ パン</p>	<p>牛丼 切り干し大根の 炊いたん すまし汁</p>	<p>ちゃんぽん麺 小松菜のごま和え そばろご飯</p>
食材	<p>豚肉・キャベツ・玉葱・ 黄パプリカ・にんにく・ 中華あじ・赤味噌・醬 油・砂糖・酒・ごま油 空芯菜・エリンギ・ 鶏ガラスープの素・ 醤油 米</p>	<p>鮭・塩こしょう・酒・醤油・ 砂糖・みりん・マヨネーズ 大根・水菜・ちくわ・青じ そドレッシング 玉葱・コーン・コンソメ・ 醤油 パン</p>	<p>鹿ヶ谷かぼちゃ・鶏ミン チ・人参・玉葱・葱醤油・ 酒・砂糖・片栗粉 椎茸・ほうれん草・かつお 節・昆布・味噌 米・ごま塩ふりかけ</p>	<p>スパゲティ・豚肉・人 参・キャベツ・ピーマ ン・塩こしょう・酒・青 のり・焼きそばソース 白菜・人参・きゅうり・ ゆかりふりかけ・醤油・ みりん 大根・ニラ・中華あじ・ 醤油 パン</p>	<p>米・牛肉・人参・椎茸・玉 葱・葱・酒・醤油・砂糖・ かつお節 切り干し大根・油揚げ・人 参・醤油・砂糖・みりん・ かつお節 麩・三つ葉・かつお節・昆 布・醤油・みりん</p>	<p>中華麺・豚肉・コーン・ 白菜・かまぼこ・もやし・ 鶏がらスープの素・醬 油・ごま油 小松菜・人参・ちくわ・ すりごま・醤油・砂糖 米・鶏ミンチ・人参・生 姜・かつお節・醤油・み りん・砂糖・酒</p>
おやつ	<p>バナナケーキ ごまめ 牛乳</p>	<p>フルーツ</p>	<p>バタークッキー 牛乳</p>	<p>抹茶プリン</p>	<p>りんごヨーグルト</p>	<p>お菓子 牛乳</p>
	<p>ホットケーキ mix 卵・砂糖・バター 牛乳・バナナ 煮干し・ごま・醤油 砂糖 牛乳</p>	<p>スイカ</p>	<p>小麦粉・卵・バター 牛乳・砂糖 牛乳</p>	<p>抹茶・牛乳 生クリーム・砂糖 ゼラチン チョコスプレー</p>	<p>ヨーグルト・砂糖 りんごジャム</p>	<p>市販菓子 牛乳</p>

2・4週

	2・4週					
献立名	牛肉とチンゲン菜の 甘辛煮 すまし汁 わかめご飯	鶏肉のピザソース焼き ツナドレ和え キャベツスープ パン	茄子と豚肉の味噌炒め もやしスープ ご飯	豆腐チャンプルー ごまマヨサラダ 人参スープ パン	鶏大根 味噌汁 鯛たくあんご飯	肉うどん キャベツの じゃこ和え 塩昆布ご飯
食材	牛肉・チンゲン菜・玉葱・エリンギ・赤パプリカ・醤油・みりん・酒 はんぺん・葱・かつお節・昆布・醤油・みりん 米・わかめふりかけ	鶏肉・塩こしょう・酒・ピザソース・チーズ ブロッコリー・黄パプリカ・ツナ缶・和風ドレッシング キャベツ・えのき・醤油・コンソメ パン	豚肉・茄子・人参・三つ葉・菜・かつお節・味噌・砂糖・酒 もやし・ベーコン・パセリ・中華あじ・醤油 米	木綿豆腐・ベーコン・人参・玉葱・太もやし・ニラ・塩こしょう・醤油・みりん・ごま油 キャベツ・黄パプリカ・かまぼこ・マヨネーズ・すりごま・醤油 人参・レタス・鶏がらスープの素・醤油 パン	鶏肉・大根・人参・いんげん・椎茸・かつお節・醤油・砂糖・みりん わかめ・水菜・味噌・かつお節・昆布・醤油 米・鯛・塩・酒・ごま・たくあん	うどん・牛肉・人参・葱・椎茸・かまぼこ・かつお節・昆布・醤油・みりん キャベツ・人参・ちりめんじゃこ・醤油・みりん 米・塩昆布
おやつ	いちごミルクプリン	お菓子 牛乳	スイートコーン 牛乳	カルピスぶどうゼリー	お菓子 牛乳	みかんヨーグルト
	牛乳・砂糖 ゼラチン いちごジャム	市販菓子 牛乳	とうもろこし 牛乳	カルピスぶどう ゼラチン	市販菓子 牛乳	ヨーグルト・砂糖 みかん缶