

食材表

1・3・5週

献立名	牛肉の味噌炒め すまし汁 ゆかりご飯	鯛のトマトソースがけ たくあんサラダ ミルクスープ パン	菜の花の卵炒め レタスのスープ ひじきご飯	焼きそば ポン酢サラダ オニオンスープ パン	野菜のそぼろ煮 味噌汁 2日ひなちらし寿司 16・30日ご飯	醤油ラーメン 煮豆 わかめご飯
食 材	牛肉・玉葱・キャベツ・赤パプリカ・エリンギ・味噌・醤油・みりん・酒 ほうれん草・うずまき麩・かつお節昆布・醤油・みりん 米・ゆかりふりかけ	鯛・塩こしょう・酒・トマト缶・ケチャップ・醤油・砂糖 たくあん・白菜・赤パプリカ・醤油・みりん キャベツ・ソーセージ・粉ミルク・コンソメ・醤油 パン	菜の花・卵・鶏ミンチ・かまぼこ・玉葱・白菜・醤油・みりん・酒 レタス・人参・鶏がらスープの素・醤油 米・ひじき・人参・スナックエンドウ・油揚げ・かつお節・醤油・みりん	スパゲティ・豚肉・人参・キャベツ・ピーマン・青のり・塩こしょう・酒・焼きそばソース 大根・水菜・ちくわ・醤油・みりん・レモン汁 玉葱・コーン・中華あじ・醤油 パン	合挽きミンチ・玉葱・人参・小松菜・キャベツ・醤油・みりん・酒 さつまあげ・水菜・かつお節・昆布・味噌 2日：米・人参・絹さや・椎茸・れんこん・桜でんぶ・卵・ごま・醤油・みりん・酢・砂糖・きざみ海苔 16・30日：米	中華麺・焼き豚・もやし・コーン・チンゲン菜・かつお節・昆布・醤油・鶏がらスープの素 大豆・人参・こんにゃく・しんげん・かつお節・醤油・みりん 米・わかめふりかけ
お や つ	いちごミルクプリン	レーズンチーズケーキ 牛乳	チョコチップ スコーン ごまめ 牛乳	お菓子 牛乳	2日桃の花クッキー 16日・30日 ざくざくクッキー カルピス	きな粉トースト 牛乳
	牛乳・砂糖・ゼラチン いちごジャム	ホットケーキ mix・卵 牛乳・砂糖・バター レーズン クリームチーズ 牛乳	ホットケーキ mix 卵・牛乳・バター 砂糖・チョコチップ 煮干し・ごま・醤油 砂糖 牛乳	市販菓子 牛乳	2日：小麦粉・卵・牛乳 砂糖・バター・チョコレート・いちごパウダー 16・30日：小麦粉 卵・牛乳・砂糖・バター コーンフレーク カルピス	食パン・バター 砂糖・きな粉 牛乳

2・4週

献立名	ポークカレー 春雨サラダ かきたま汁	鶏肉のごまダレ焼き 味噌サラダ 中華スープ パン	ロールキャベツ すまし汁 ツナコーン混ぜご飯	五目ビーフン じゃこサラダ 大根スープ パン	鶏大根 味噌汁 ご飯	肉うどん チンゲン菜のきのこ炒め 梅おかかご飯
食 材	米・豚肉・玉葱・人参・じゃがいも・コンソメ・カレーウ・塩こしょう・酒 緑豆春雨・ハム・わかめ・きゅうり・醤油・みりん・酢 卵・玉葱・三つ葉・かつお節・昆布・醤油・みりん	鶏肉・ごま・醤油・みりん・砂糖・酒・塩こしょう ブロッコリー・黄パプリカ・かまぼこ・味噌・醤油・みりん 白菜・しめじ・中華あじ・醤油 パン	春キャベツ・玉葱・卵・合挽きミンチ・木綿豆腐・牛乳・パン粉・塩こしょう わかめ・えのき・かつお節・昆布・醤油・みりん 米・ツナ缶・コーン・醤油・みりん	ビーフン・豚ミンチ・玉葱・赤パプリカ・小松菜・エリンギ・中華あじ醤油・みりん・酒 キャベツ・コーン・わかめ・ちりめんじゃこ・醤油・みりん 大根・ニラ・鶏がらスープの素・醤油 パン	鶏肉・大根・人参・椎茸・いんげん・かつお節・昆布・醤油・みりん・酒 豆腐・葱・かつお節・昆布・味噌 米	うどん・牛肉・玉葱・かまぼこ・葱・かつお節・昆布・醤油・みりん チンゲン菜・ベーコン・しめじ・えのき・醤油・みりん 米・梅干し・削り節
おやつ	カステラ 牛乳 ホットケーキ mix 卵・バター・砂糖 ケーキシロップ 牛乳	ピーチミルクプリン 牛乳・砂糖・ゼラチン 黄桃缶	お菓子 牛乳 市販菓子 牛乳	りんごゼリー りんごジュース ゼラチン	黒糖バナナケーキ 牛乳 ホットケーキ mix・卵 バター・黒糖・牛乳 バナナ 牛乳	お菓子 牛乳 市販菓子 牛乳