

11月1日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
みそすき焼き丼 牛乳 切干大根の梅酢あえ 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 チーズささみフライ 春雨サラダ ちくわのきんぴら 生揚げのみそ汁	麦ごはん 牛乳 みそすき焼き 厚焼き卵 切干大根の梅酢あえ 塩もみ 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 チーズささみフライ 春雨サラダ ちくわのきんぴら 塩もみ 生揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ 上白糖 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)	精白米 強化米 牛乳 チーズささみフライ 揚げ油(米ぬか油) 緑豆春雨 もやし きゅうり ホールコーン(冷) 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉)	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 牛乳 豚もも肉(薄切り) 焼き豆腐 人参 しらたき 白菜 長ねぎ 上白糖 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) 醤油 みりん 塩 サラダ油(米ぬか油)	精白米 強化米 牛乳 チーズささみフライ 揚げ油(米ぬか油) 緑豆春雨 もやし きゅうり ホールコーン(冷) 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉)
切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 酢 梅ごはんのもと ごま(白・いり) 生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	ちくわ こんにゃく さやいんげん(冷凍) 人参 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 酒 一味唐辛子 生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	厚焼き卵 切干大根 醤油 きゅうり 人参 醤油 酢 梅ごはんのもと ごま(白・いり) キャベツ 塩	ちくわ こんにゃく さやいんげん(冷凍) 人参 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 酒 一味唐辛子 キャベツ 塩
		生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

11月2日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 あじフライ ビーンズサラダ 高野豆腐の煮物 白菜スープ	米飯 牛乳 厚揚げのオイスターソース炒め 焼き餃子 シャキシャキサラダ 白菜スープ	米飯 牛乳 あじフライ 高野豆腐の煮物 ビーンズサラダ ほうれん草のひたし 白菜スープ	米飯 牛乳 厚揚げのオイスターソース炒め 焼き餃子 シャキシャキサラダ ほうれん草のひたし 白菜スープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
あじフライ 揚げ油(米ぬか油)	豚もも肉(薄切り) 生揚げ うずら卵(缶) きくらげ 小松菜 たけのこ(水煮缶) 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 塩 かき油 ごま油 水 でん粉	あじフライ 揚げ油(米ぬか油) 高野豆腐 ちくわ 人参 たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) 干椎茸 三温糖 醤油 削り節 水	豚もも肉(薄切り) 生揚げ うずら卵(缶) きくらげ 小松菜 たけのこ(水煮缶) 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 酒 醤油 塩 かき油 ごま油 水 でん粉
大豆 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) みそ(淡色・辛) 酒 ノンエッグマヨネーズ	焼きぎょうざ じゃがいも 7訂 追 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	大豆 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) みそ(淡色・辛) 酒 ノンエッグマヨネーズ	焼きぎょうざ じゃがいも 7訂 追 人参 きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう
高野豆腐 ちくわ 人参 たけのこ(水煮缶) グリンピース(冷凍) 干椎茸 三温糖 醤油 削り節 水	白菜 ショルダーベーコン えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	ほうれん草 醤油	ほうれん草 醤油
白菜 ショルダーベーコン えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	白菜 ショルダーベーコン えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	白菜 ショルダーベーコン えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	白菜 ショルダーベーコン えのきたけ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水

11月6日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
ハッシュドポークライス 牛乳 プレーンオムレツ 大根サラダ	米飯 牛乳 ホイコーロー いわしのかりかりフライ もやしのサラダ 豆腐のスープ	麦ごはん 牛乳 プレーンオムレツ ペンネのソテー 大根サラダ 桃缶 ハッシュドポーク	米飯 牛乳 ホイコーロー いわしのかりかりフライ もやしのサラダ 桃缶 豆腐のスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 強化押し麦 豚もも肉(薄切り) 玉ねぎ じゃがいも 7訂 追 人参 トマト水煮(缶 ホール) にんにく 生姜 グリンピース(冷凍) バター ハヤシルウ トマトケチャップ 粉チーズ 脱脂粉乳 ウスターソース チャツネ 塩 こしょう 赤ワイン 水	精白米 強化米 牛乳 豚もも肉(薄切り) 人参 キャベツ たけのこ(水煮缶) ピーマン 生姜 にんにく きくらげ サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) トウバンジャン 酒 でん粉 水 いわしのかりかりフライ 揚げ油(米ぬか油) もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 醤油 塩 こしょう ごま油 豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 プレーンオムレツ マカロニ(ペンネ) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう パセリ 大根 人参 わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・いり) 黄桃(缶 缶) 豚もも肉(薄切り) 玉ねぎ じゃがいも 7訂 追 人参 トマト水煮(缶 ホール) にんにく 生姜 グリンピース(冷凍) バター ハヤシルウ トマトケチャップ 粉チーズ 脱脂粉乳 ウスターソース チャツネ 塩 こしょう 赤ワイン 水	精白米 強化米 牛乳 豚もも肉(薄切り) 人参 キャベツ たけのこ(水煮缶) ピーマン 生姜 にんにく きくらげ サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 みそ(淡色・辛) みそ(八丁) トウバンジャン 酒 でん粉 水 いわしのかりかりフライ 揚げ油(米ぬか油) もやし きゅうり ホールコーン(冷) 酢 醤油 塩 こしょう ごま油 黄桃(缶 缶) 豆腐 しめじ 長ねぎ 塩 こしょう がらスープの素 醤油 水
プレーンオムレツ			
大根 人参 わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・いり)			

11月7日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 いかフライ コールスロー 生揚げとこんにゃくの含め煮 ヨーグルト 麩のみそ汁	(米飯) 牛乳 マーボーメン ごま和え 切り昆布の煮付け	米飯 牛乳 いかフライ コールスロー 生揚げとこんにゃくの含め煮 ヨーグルト 麩のみそ汁	米飯 牛乳 豚肉の黒酢炒め ごま和え 切り昆布の煮付け ヨーグルト 麩のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米 牛乳 いかフライ 揚げ油(米ぬか油) キャベツ 人参 きゅうり ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢 生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水 ●ヨーグルト(ca強化) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	精白米 強化米 牛乳 中華めん(冷凍) 豆腐 豚もも挽肉 人参 長ねぎ にら 干椎茸 にんにく 生姜 サラダ油(米ぬか油) ごま油 三温糖 みそ(八丁) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 トウバンジャン がらスープの素 でん粉 塩 水 小松菜 もやし 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油 切り昆布 さつま揚げ 大豆 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	精白米 強化米 牛乳 いかフライ 揚げ油(米ぬか油) キャベツ 人参 きゅうり ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢 生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水 ●ヨーグルト(ca強化) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	精白米 強化米 牛乳 豚もも肉(薄切り) 醤油 酒 たけのこ(水煮缶) ピーマン 玉ねぎ 人参 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 醤油 上白糖 酢 酒 塩 こしょう でん粉 ごま油 水 小松菜 もやし 白練りごま ごま(白・すり) 上白糖 醤油 切り昆布 さつま揚げ 大豆 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水 ●ヨーグルト(ca強化) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水

11月8日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 コーンコロッセ マカロニサラダ 大根のべっこう煮 油揚げのみそ汁	米飯 牛乳 さばのみそ煮 小松菜の浸し じゃが芋のそぼろ煮 油揚げのみそ汁	米飯 牛乳 コーンコロッセ マカロニサラダ 大根のべっこう煮 風味漬け 油揚げのみそ汁	米飯 牛乳 さばのみそ煮 小松菜の浸し じゃが芋のそぼろ煮 風味漬け 油揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
コーンコロッセ 揚げ油(米ぬか油)	鯖(三枚卸・骨無し) みそ(淡色・辛) 三温糖 みりん	コーンコロッセ 揚げ油(米ぬか油)	鯖(三枚卸・骨無し) みそ(淡色・辛) 三温糖 みりん
マカロニ 人参 きゅうり ロースハム ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	生姜 水	マカロニ 人参 きゅうり ロースハム ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	生姜 水
豚もも肉(薄切り) こんにゃく 大根 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 水	じゃがいも 7訂 追 豚もも挽肉 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	豚もも肉(薄切り) こんにゃく 大根 人参 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 水	じゃがいも 7訂 追 豚もも挽肉 人参 玉ねぎ グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水
油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	キャベツ 人参 生姜 醤油 塩 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	キャベツ 人参 生姜 醤油 塩 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

11月10日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
コッペパン 牛乳 白身魚フライ ポパイサラダ ブロッコリーとえのきのソテー クラムチャウダー	米飯 牛乳 肉団子のチリソース ごまびたし 五目豆 白菜のみそ汁	コッペパン 牛乳 白身魚フライ ポパイサラダ ブロッコリーとえのきのソテー きゅうりのピクルス クラムチャウダー	米飯 牛乳 肉団子のチリソース ごまびたし 五目豆 きゅうりのピクルス 白菜のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
○コッペパン 牛乳 白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油) ロースハム ほうれん草 キャベツ サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・すり) ブロッコリー えのきたけ 玉ねぎ サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう あさり(水煮) 白ワイン 玉ねぎ 人参 しめじ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) ホワイトルウ 脱脂粉乳 牛乳 水 がらスープの素 塩 こしょう パセリ(乾燥)	精白米 強化米 牛乳 肉団子 人参 玉ねぎ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 上白糖 醤油 トマトケチャップ ウスターソース トウバンジャン がらスープの素 水 でん粉 小松菜 もやし ごま(白・いり) 醤油 大豆 こんにゃく 人参 干椎茸 昆布 三温糖 醤油 水 白菜 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	○コッペパン 牛乳 白身魚フライ 揚げ油(米ぬか油) ロースハム ほうれん草 キャベツ サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・すり) ブロッコリー えのきたけ 玉ねぎ サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう きゅうり 酢 上白糖 塩 オリーブ油 一味唐辛子 あさり(水煮) 白ワイン 玉ねぎ 人参 しめじ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) ホワイトルウ 脱脂粉乳 牛乳 水 がらスープの素 塩 こしょう パセリ(乾燥)	精白米 強化米 牛乳 肉団子 人参 玉ねぎ ピーマン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 上白糖 醤油 トマトケチャップ ウスターソース トウバンジャン がらスープの素 水 でん粉 小松菜 もやし ごま(白・いり) 醤油 大豆 こんにゃく 人参 干椎茸 昆布 三温糖 醤油 水 きゅうり 酢 上白糖 塩 オリーブ油 一味唐辛子 白菜 生揚げ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

11月13日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 肉野菜炒め ポークしゅうまい 中華サラダ 小松菜のみそ汁	米飯 牛乳 えびかつ 大根サラダ 野菜きんぴら 大豆の甘辛煮 小松菜のみそ汁	米飯 牛乳 肉野菜炒め ポークしゅうまい 中華サラダ 大豆の甘辛煮 小松菜のみそ汁	米飯 牛乳 えびカツ 大根サラダ 野菜きんぴら 大豆の甘辛煮 小松菜のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ ピーマン かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	えびカツ 揚げ油(米ぬか油) 大根 ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・いり)	豚もも肉(薄切り) 酒 醤油 三温糖 玉ねぎ キャベツ 人参 しめじ ピーマン かき油 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	えびカツ 揚げ油(米ぬか油) 大根 ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 ごま(白・いり)
ポークしゅうまい	ジャがいも 7訂 追 人参 こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 ごま油 一味唐辛子	ポークしゅうまい 緑豆春雨 もやし きゅうり 人参 醤油 酢 上白糖 ごま油 ごま(白・いり)	ジャがいも 7訂 追 人参 こんにゃく ごぼう さやいんげん(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 ごま油 一味唐辛子
油揚げ えのきたけ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水 油揚げ えのきたけ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水 油揚げ えのきたけ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	大豆 ざらめ糖(中ざら) 醤油 水 油揚げ えのきたけ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

11月14日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 キャベツメンチカツ ニラともやしのソテー 白菜のゆずドレッシングサラダ 豆腐のみそ汁	米飯 牛乳 ハンバーグのトマトソース きのこソテー スパゲティサラダ 豆腐のみそ汁	米飯 牛乳 キャベツメンチカツ ニラともやしのソテー 白菜のゆずドレッシング 金時豆の甘煮 豆腐のみそ汁	米飯 牛乳 ハンバーグのトマトソース きのこソテー スパゲティサラダ 金時豆の甘煮 豆腐のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
キャベツメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	ハンバーグ 玉ねぎ	キャベツメンチカツ 揚げ油(米ぬか油)	ハンバーグ 玉ねぎ
マッシュルーム(缶 スライス) グリンピース(冷凍)	トマト水煮(缶 ホール)	マッシュルーム(缶 スライス) グリンピース(冷凍)	マッシュルーム(缶 スライス) グリンピース(冷凍)
トマト水煮(缶 ホール)	にんにく	トマト水煮(缶 ホール)	トマト水煮(缶 ホール)
もやし にら	にんにく	もやし にら	にんにく
人参 サラダ油(米ぬか油)	サラダ油(米ぬか油)	人参 サラダ油(米ぬか油)	サラダ油(米ぬか油)
塩 こしょう	こしょう	塩 こしょう	塩 こしょう
上白糖	上白糖	上白糖	上白糖
トマトケチャップ	トマトケチャップ	トマトケチャップ	トマトケチャップ
トマトピューレ	トマトピューレ	トマトピューレ	トマトピューレ
ハヤシルウ	ハヤシルウ	ハヤシルウ	ハヤシルウ
赤ワイン	赤ワイン	赤ワイン	赤ワイン
水	水	水	水
粉チーズ	粉チーズ	粉チーズ	粉チーズ
しめじ	しめじ	しめじ	しめじ
えのきたけ	えのきたけ	えのきたけ	えのきたけ
小松菜	小松菜	小松菜	小松菜
サラダ油(米ぬか油)	サラダ油(米ぬか油)	サラダ油(米ぬか油)	サラダ油(米ぬか油)
塩	塩	塩	塩
こしょう	こしょう	こしょう	こしょう
ごま(白・いり)	ごま(白・いり)	ごま(白・いり)	ごま(白・いり)
豆腐	豆腐	豆腐	豆腐
わかめ(乾燥)	わかめ(乾燥)	わかめ(乾燥)	わかめ(乾燥)
長ねぎ	長ねぎ	長ねぎ	長ねぎ
みそ(淡色・辛)	みそ(淡色・辛)	みそ(淡色・辛)	みそ(淡色・辛)
みそ(甘)	みそ(甘)	みそ(甘)	みそ(甘)
煮干し粉	煮干し粉	煮干し粉	煮干し粉
水	水	水	水

11月15日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 カレイのネギソース揚げ ごま和え 豚肉とごぼうの甘辛煮 えのきのみそ汁	(人参パン) 牛乳 あさりときのこのトマトスパゲティ もやしとわかめのサラダ	米飯 牛乳 カレイのネギソース揚げ ごま和え 豚肉とごぼうの甘辛煮 塩もみ えのきのみそ汁	米飯 牛乳 豚肉と厚揚げのみそ炒め カレーポテト もやしとわかめのサラダ 塩もみ えのきのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米 牛乳 カレイ竜田揚げ 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酢 みりん ごま油 長ねぎ 水 小松菜 人参 切干大根 ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖 豚もも肉(薄切り) ごぼう 人参 しらたき 三温糖 醤油 みりん 酒 水 一味唐辛子 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	人参パン 牛乳 スパゲティ(冷) あさり(水煮) 鶏もも肉(皮なし) 玉ねぎ しめじ マッシュルーム(缶 スライス) トマト水煮(缶 ホール) パセリ(乾燥) にんにく サラダ油(米ぬか油) こしょう 塩 トマトケチャップ トマトピューレ ハヤシルウ 赤ワイン 水 粉チーズ ホールコーン(冷) もやし きゅうり わかめ(乾燥) ごま(白・いり) サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油 塩 酢	精白米 強化米 牛乳 カレイ竜田揚げ 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酢 みりん ごま油 長ねぎ 水 小松菜 人参 切干大根 ごま(白・すり) 白練りごま 醤油 上白糖 豚もも肉(薄切り) ごぼう 人参 しらたき 三温糖 醤油 みりん 酒 水 一味唐辛子 キャベツ 塩 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	精白米 強化米 牛乳 豚もも肉(薄切り) 醤油 生揚げ 人参 玉ねぎ たけのこ(水煮缶) にら 長ねぎ 生姜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(八丁) みそ(淡色・辛) 醤油 じゃがいも 7訂 追 塩 カレー粉 パセリ ホールコーン(冷) もやし きゅうり わかめ(乾燥) ごま(白・いり) サラダ油(米ぬか油) ごま油 醤油 塩 酢 キャベツ 塩 油揚げ えのきたけ 長ねぎ 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

11月16日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
ビビンバ 牛乳 厚焼き卵 じゃが芋のソテー キムチスープ	米飯 牛乳 鶏肉のごま風味揚げ ビーンズサラダ くきわかめのきんぴら キムチスープ	麦ご飯 牛乳 ビビンバ 厚焼き卵 じゃが芋のソテー 即席漬け キムチスープ	米飯 牛乳 鶏肉のごま風味揚げ ビーンズサラダ くきわかめのきんぴら 即席漬け キムチスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり)	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 酒 塩 ごま油 上白糖 ごま(白・いり) でん粉 揚げ油(米ぬか油) 大豆 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) みそ(淡色・辛) 酒 ノンエッグマヨネーズ	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 豚もも肉(薄切り) 生姜 にんにく 醤油 酒 ぜんまい水煮 トウバンジャン サラダ油(米ぬか油) ほうれん草 切干大根 人参 もやし ごま油 醤油 三温糖 生姜 ごま(白・すり) ごま(白・いり)	精白米 強化米 牛乳 鶏もも肉(皮なし) 酒 塩 ごま油 上白糖 ごま(白・いり) でん粉 揚げ油(米ぬか油) 大豆 人参 きゅうり 塩 ホールコーン(冷) みそ(淡色・辛) 酒 ノンエッグマヨネーズ
厚焼き卵 じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	茎わかめ ごぼう こんにやく 人参 さつま揚げ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酒 一味唐辛子	厚焼き卵 じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ ショルダーベーコン サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	茎わかめ ごぼう こんにやく 人参 さつま揚げ サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 酒 一味唐辛子
白菜キムチ 豚もも肉(薄切り) 長ねぎ 豆腐 がらスープの素 醤油 みそ(淡色・辛) ごま油 水	白菜キムチ 豚もも肉(薄切り) 長ねぎ 豆腐 がらスープの素 醤油 みそ(淡色・辛) ごま油 水	キャベツ きざみ昆布 塩 うす口しょうゆ 白菜キムチ 豚もも肉(薄切り) 長ねぎ 豆腐 がらスープの素 醤油 みそ(淡色・辛) ごま油 水	キャベツ きざみ昆布 塩 うす口しょうゆ 白菜キムチ 豚もも肉(薄切り) 長ねぎ 豆腐 がらスープの素 醤油 みそ(淡色・辛) ごま油 水

11月17日 使用食材

A献立名
 秋の味覚カレーライス
 牛乳
 福神和え
 小松菜のソテー

B献立名
 秋の味覚カレーライス
 牛乳
 福神和え
 小松菜のソテー

C献立名
 麦ごはん
 牛乳
 えびシュウマイ
 福神和え
 小松菜のソテー
 アーモンド小魚(個)
 秋の味覚カレー

D献立名
 麦ごはん
 牛乳
 えびシュウマイ
 福神和え
 小松菜のソテー
 アーモンド小魚(個)
 秋の味覚カレー

食品名
 牛乳

 精白米
 強化米
 強化押し麦
 豚もも肉(薄切り)
 カレー粉
 しめじ
 じゃがいも 7訂 追
 人参
 玉ねぎ
 れんこん
 トマト水煮(缶 ホール)
 ひよこまめ-ゆで
 カレールウ
 チャツネ
 サラダ油(米ぬか油)
 にんにく
 塩
 水

食品名
 牛乳

 精白米
 強化米
 強化押し麦
 豚もも肉(薄切り)
 カレー粉
 しめじ
 じゃがいも 7訂 追
 人参
 玉ねぎ
 れんこん
 トマト水煮(缶 ホール)
 ひよこまめ-ゆで
 カレールウ
 チャツネ
 サラダ油(米ぬか油)
 にんにく
 塩
 水

食品名
 精白米
 強化米
 強化押し麦

 牛乳

 えびシュウマイ

 キャベツ
 福神漬け
 塩
 ごま(白・いり)

 もやし
 小松菜
 ホールコーン(冷)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう

食品名
 精白米
 強化米
 強化押し麦

 牛乳

 えびシュウマイ

 キャベツ
 福神漬け
 塩
 ごま(白・いり)

 もやし
 小松菜
 ホールコーン(冷)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう

キャベツ
 福神漬け
 塩
 ごま(白・いり)

 もやし
 小松菜
 ホールコーン(冷)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう

キャベツ
 福神漬け
 塩
 ごま(白・いり)

 もやし
 小松菜
 ホールコーン(冷)
 サラダ油(米ぬか油)
 塩
 こしょう

アーモンド小魚

 豚もも肉(薄切り)
 カレー粉
 しめじ
 じゃがいも 7訂 追
 人参
 玉ねぎ
 れんこん
 トマト水煮(缶 ホール)
 ひよこまめ-ゆで
 カレールウ
 チャツネ
 サラダ油(米ぬか油)
 にんにく
 塩
 水

アーモンド小魚

 豚もも肉(薄切り)
 カレー粉
 しめじ
 じゃがいも 7訂 追
 人参
 玉ねぎ
 れんこん
 トマト水煮(缶 ホール)
 ひよこまめ-ゆで
 カレールウ
 チャツネ
 サラダ油(米ぬか油)
 にんにく
 塩
 水

11月20日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 さばのごま照り焼き 大根とツナのサラダ 肉じゃが 春雨スープ	(米飯) 牛乳 ちゃんぽん ししゃものフライ なめたけ和え	米飯 牛乳 さばのごま照り焼き 大根とツナのサラダ 肉じゃが パイン缶 春雨スープ	米飯 牛乳 ししゃものフライ ボイルもやし なめたけ和え 鶏肉とナッツの炒め物 パイン缶 春雨スープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
鯖(三枚卸・骨無し) 酒 醤油 みりん 上白糖 ごま(白・いり) サラダ油(米ぬか油)	チャンポンめん(冷凍) 豚もも肉(薄切り) うずら卵(缶) いか なると巻き 白菜 人参 さやえんどう(冷凍) 長ねぎ メンマ 干椎茸 きくらげ サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう がらスープの素 醤油 でん粉 ごま油 水	鯖(三枚卸・骨無し) 酒 醤油 みりん 上白糖 ごま(白・いり) サラダ油(米ぬか油)	ししゃもフライ 揚げ油(米ぬか油)
大根 きゅうり 人参 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 こしょう	ししゃもフライ 揚げ油(米ぬか油)	大根 きゅうり 人参 まぐろ油漬 サラダ油(米ぬか油) 塩 醤油 酢 こしょう	もやし 醤油
豚もも肉(薄切り) じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ 人参 グリンピース(冷凍) しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水	小松菜 キャベツ えのきたけ 醤油 上白糖	豚もも肉(薄切り) じゃがいも 7訂 追 玉ねぎ 人参 グリンピース(冷凍) しらたき サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 塩 水	小松菜 キャベツ えのきたけ 醤油 上白糖
緑豆春雨 人参 たけのこ(水煮缶) きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	パイン(缶 7ピット)	パイン(缶 7ピット) 緑豆春雨 人参 たけのこ(水煮缶) きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水	鶏もも肉(皮なし) ローストカシューナッツ ピーマン 人参 干椎茸 長ねぎ サラダ油(米ぬか油) みそ(淡色・辛) 醤油 酒 上白糖
			パイン(缶 7ピット)
			緑豆春雨 人参 たけのこ(水煮缶) きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 でん粉 水

11月21日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
わかめごはん 牛乳 さつまいもコロツケ コーンサラダ 大根のそぼろ煮 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 チーズ入りハンバーグのケチャップソース もやしのカレー Dressing 車麩といんげんの含め煮 生揚げのみそ汁	わかめごはん 牛乳 さつまいもコロツケ コーンサラダ 大根のそぼろ煮 青菜ひたし 生揚げのみそ汁	米飯 牛乳 チーズ入りハンバーグのケチャップソース もやしのカレー Dressing 車麩といんげんの含め煮 青菜ひたし 生揚げのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ	精白米 強化米	精白米 強化押し麦 強化米 塩わかめ	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
さつまいもコロツケ 揚げ油(米ぬか油)	チーズインハンバーグ バター トマトケチャップ ハヤシルウ 上白糖 塩 こしょう 水	さつまいもコロツケ 揚げ油(米ぬか油)	チーズインハンバーグ バター トマトケチャップ ハヤシルウ 上白糖 塩 こしょう 水
ホールコーン(冷) キャベツ 人参 サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	もやし きゅうり 人参 カレー粉 こしょう サラダ油(米ぬか油) 酢 塩	ホールコーン(冷) キャベツ 人参 サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう	もやし きゅうり 人参 カレー粉 こしょう サラダ油(米ぬか油) 酢 塩
大根 豚もも挽肉 人参 グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	こんにゃく 人参 車麩 さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水	大根 豚もも挽肉 人参 グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん でん粉 水	こんにゃく 人参 車麩 さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水
生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	小松菜 白菜 醤油	小松菜 白菜 醤油
		生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	生揚げ えのきたけ 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

11月22日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
豚丼 牛乳 チーズはんぺんフライ わかめサラダ	菜めし 牛乳 肉団子のケチャップ煮 中華サラダ ちくわとちんげん菜のソテー 大根のみそ汁	麦ごはん 牛乳 チーズはんぺんフライ わかめサラダ ちくわとちんげん菜のソテー 昆布の佃煮 豚丼の具	菜めし 牛乳 肉団子のケチャップ煮 中華サラダ ちくわとちんげん菜のソテー 昆布の佃煮 大根のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) 酒 サラダ油(米ぬか油) しらたき 人参 玉ねぎ グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 酒 上白糖 醤油 みりん 水 チーズはんぺんフライ 揚げ油(米ぬか油) キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢 油揚げ 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 菜めしの素 牛乳 肉団子 玉ねぎ 人参 しめじ さやいんげん(冷凍) バター トマトケチャップ ハヤシルウ 塩 こしょう 水 緑豆春雨 もやし きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉) ちくわ ちんげん菜 人参 ごま油 上白糖 醤油 酒 一味唐辛子 油揚げ 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	精白米 強化米 強化押し麦 牛乳 チーズはんぺんフライ 揚げ油(米ぬか油) キャベツ きゅうり ホールコーン(冷) わかめ(乾燥) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 醤油 酢 ちくわ ちんげん菜 人参 ごま油 上白糖 醤油 酒 一味唐辛子 きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん ごま(白・いり) 水 豚もも肉(薄切り) 酒 サラダ油(米ぬか油) しらたき 人参 玉ねぎ グリンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 酒 上白糖 醤油 みりん 水	精白米 強化米 強化押し麦 菜めしの素 牛乳 肉団子 玉ねぎ 人参 しめじ さやいんげん(冷凍) バター トマトケチャップ ハヤシルウ 塩 こしょう 水 緑豆春雨 もやし きゅうり 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油 洋からし(粉) ちくわ ちんげん菜 人参 ごま油 上白糖 醤油 酒 一味唐辛子 きざみ昆布 ざらめ糖(中ざら) 醤油 みりん ごま(白・いり) 水 油揚げ 大根 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

11月24日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 チキンたれカツ 切り昆布の煮付け 小松菜の浸し ルレクチェゼリー 地場もんきのこ汁	米飯 牛乳 チキンたれカツ 切り昆布の煮付け 小松菜の浸し ルレクチェゼリー 地場もんきのこ汁	米飯 牛乳 チキンたれカツ 切り昆布の煮付け 小松菜の浸し ルレクチェゼリー 地場もんきのこ汁	米飯 牛乳 チキンたれカツ 切り昆布の煮付け 小松菜の浸し ルレクチェゼリー 地場もんきのこ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水	チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水	チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水	チキンカツ 揚げ油(米ぬか油) 醤油 三温糖 酒 みりん でん粉 水
切り昆布 さつま揚げ 大豆(打ち豆) 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	切り昆布 さつま揚げ 大豆(打ち豆) 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	切り昆布 さつま揚げ 大豆(打ち豆) 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水	切り昆布 さつま揚げ 大豆(打ち豆) 人参 ごぼう サラダ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 煮干し粉 水
小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油	小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油	小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油	小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油
ルレクチェゼリー	ルレクチェゼリー	ルレクチェゼリー	ルレクチェゼリー
なめこ しめじ まいたけ 油揚げ じゃがいも 7訂 追 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	なめこ しめじ まいたけ 油揚げ じゃがいも 7訂 追 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	なめこ しめじ まいたけ 油揚げ じゃがいも 7訂 追 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水	なめこ しめじ まいたけ 油揚げ じゃがいも 7訂 追 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) 水

11月27日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 豚肉のケチャップ炒め チーズ入りスパサラダ フルーツミックス ニラとえのきのスープ	米飯 牛乳 いわしのかば焼き ツナとひじきのサラダ 切干大根の炒り煮 ニラとえのきのスープ	米飯 牛乳 豚肉のケチャップ炒め チーズ入りスパサラダ フルーツミックス 塩もみ ニラとえのきのスープ	米飯 牛乳 いわしのかば焼き 切干大根の炒り煮 ツナとひじきのサラダ 塩もみ ニラとえのきのスープ
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
豚もも肉(薄切り) 塩 こしょう 玉ねぎ 人参 たけのこ(水煮缶) ピーマン しめじ サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース	鰯 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 酒 水 生姜 長ねぎ ひじき 醤油 上白糖 まぐろ油漬 玉ねぎ きゅうり ブロッコリー 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう	豚もも肉(薄切り) 塩 こしょう 玉ねぎ 人参 たけのこ(水煮缶) ピーマン しめじ サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう トマトケチャップ ウスターソース	鰯 でん粉 揚げ油(米ぬか油) 三温糖 醤油 みりん 酒 水 生姜 長ねぎ さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水
スパゲティ(カット) 人参 きゅうり 塩 チーズ(ダイス) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	さつま揚げ 人参 干椎茸 切干大根 削り節 サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水	スパゲティ(カット) 人参 きゅうり 塩 チーズ(ダイス) ノンエッグマヨネーズ 塩 こしょう 酢	ひじき 醤油 上白糖 まぐろ油漬 玉ねぎ きゅうり ブロッコリー 酢 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう
黄桃(缶 ダイス) みかん(缶) パイン(缶 ちびット)	人参 干椎茸 切干大根 削り節	黄桃(缶 ダイス) みかん(缶) パイン(缶 ちびット)	玉ねぎ きゅうり ブロッコリー
にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水	サラダ油(米ぬか油) 上白糖 醤油 水 にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水	キヤベツ 塩 にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水	削り節 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう キヤベツ 塩
にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水	水	水	にら えのきたけ 人参 きくらげ がらスープの素 こしょう 醤油 塩 水

11月28日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
米飯 牛乳 チキンのチーズ焼き シルバーサラダ 生揚げとこんにゃくの含め煮 わかめのみそ汁	(米飯) 牛乳 みそ煮込みうどん 揚げ餃子 グリーンサラダ チーズ	米飯 牛乳 チキンのチーズ焼き シルバーサラダ 生揚げとこんにゃくの含め煮 肉みそ わかめのみそ汁	米飯 牛乳 揚げ餃子 グリーンサラダ 生揚げとこんにゃくの含め煮 肉みそ わかめのみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米	精白米 強化米
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
チキンのオープン焼 サラダ油(米ぬか油)	うどん(冷凍) 鶏もも肉(皮なし) 油揚げ ごぼう 人参 白菜 しめじ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) ごま油 水	チキンのオープン焼 サラダ油(米ぬか油)	揚げぎょうざ 揚げ油(米ぬか油)
緑豆春雨 きゅうり ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 酢 こしょう	人参 白菜 しめじ 小松菜 煮干し粉 みそ(淡色・辛) みそ(甘) ごま油 水	緑豆春雨 きゅうり ホールコーン(冷) ノンエッグマヨネーズ 塩 酢 こしょう	キャベツ きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう
生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水	揚げぎょうざ 揚げ油(米ぬか油)	生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水	生揚げ 人参 こんにゃく さやいんげん(冷凍) 削り節 三温糖 醤油 水
油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	キャベツ きゅうり アーモンド(細切り) サラダ油(米ぬか油) 酢 塩 こしょう ●チーズ(ca強化)	ひよこまめ-ゆで 豚もも挽肉 たけのこ(水煮缶) 生姜 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) トウバンジャン 酒 水	ひよこまめ-ゆで 豚もも挽肉 たけのこ(水煮缶) 生姜 サラダ油(米ぬか油) 三温糖 みそ(淡色・辛) トウバンジャン 酒 水
		油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水	油揚げ わかめ(乾燥) 長ねぎ みそ(淡色・辛) みそ(甘) 煮干し粉 水

11月29日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
豚たま丼 牛乳 フレンチサラダ みかん缶 麩のみそ汁	栗ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ コーン入りひたし カラフルビーンズ 麩のみそ汁	米飯 牛乳 豚たま煮 ピーマンソテー フレンチサラダ みかん缶 麩のみそ汁	栗ごはん 牛乳 ちくわの磯辺揚げ コーン入りひたし カラフルビーンズ みかん缶 麩のみそ汁
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳 精白米 強化米 豚もも肉(薄切り) 鶏卵 人参 玉ねぎ 長ねぎ 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水 人参 キャベツ きゅうり サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢 みかん(缶) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	精白米 強化米 栗(水煮) 醤油 酒 牛乳 ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油) 小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油 大豆 こんにゃく 上白糖 醤油 水 グリーンピース(冷凍) 人参 ローストカシューナツ みそ(淡色・辛) 上白糖 みりん ごま油 一味唐辛子 えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	精白米 強化米 牛乳 豚もも肉(薄切り) 鶏卵 人参 玉ねぎ 長ねぎ 上白糖 塩 醤油 みりん 削り節 水 ピーマン もやし サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 人参 キャベツ きゅうり サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 酢 みかん(缶) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水	精白米 強化米 栗(水煮) 醤油 酒 牛乳 ちくわ 小麦粉 青のり 水 揚げ油(米ぬか油) 小松菜 もやし ホールコーン(冷) 醤油 大豆 こんにゃく 上白糖 醤油 水 グリーンピース(冷凍) 人参 ローストカシューナツ みそ(淡色・辛) 上白糖 みりん ごま油 一味唐辛子 みかん(缶) えのきたけ 長ねぎ 焼き麩 煮干し粉 みそ(甘) みそ(淡色・辛) 水

11月30日 使用食材

A献立名	B献立名	C献立名	D献立名
キーマカレーライス 牛乳 ツナサラダ プルーン(個)	中華丼 牛乳 春巻 切干大根のナムル	麦ごはん 牛乳 コーンシュウマイ ニラともやしのソテー ツナサラダ プルーン(個) キーマカレー	麦ごはん 牛乳 春巻 ニラともやしのソテー 切干大根のナムル プルーン(個) 中華丼の具
食品名	食品名	食品名	食品名
牛乳	牛乳	精白米 強化米 強化押し麦	精白米 強化米 強化押し麦
精白米 強化米 強化押し麦 豚もも挽肉 大豆 じゃがいも 7訂 追 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ カレールウ 脱脂粉乳 水	精白米 強化押し麦 強化米 豚もも肉(薄切り) むきえび うずら卵(缶) いか 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 かき油 がらスープの素 醤油 でん粉 水	牛乳 コーンしゅうまい もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう まぐろ油漬 キャベツ 人参 塩 酢 こしょう サラダ油(米ぬか油)	牛乳 春巻 揚げ油(米ぬか油) もやし にら 人参 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう 切干大根 小松菜 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油
まぐろ油漬 キャベツ 人参 塩 酢 こしょう サラダ油(米ぬか油)	春巻 揚げ油(米ぬか油)	プルーン(種抜)	プルーン(種抜)
プルーン(種抜)	切干大根 小松菜 人参 醤油 上白糖 酢 ごま油	豚もも挽肉 大豆 じゃがいも 7訂 追 カレー粉 にんにく 生姜 人参 玉ねぎ トマト水煮(缶 ホール) グリーンピース(冷凍) サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう チャツネ カレールウ 脱脂粉乳 水	豚もも肉(薄切り) むきえび うずら卵(缶) いか 人参 白菜 たけのこ(水煮缶) ちんげん菜 干椎茸 サラダ油(米ぬか油) 塩 こしょう ごま油 かき油 がらスープの素 醤油 でん粉 水