

日	曜	献立	材 料	おやつ献立	材 料
14	月	ごはん 豚ケチャップ炒め 野菜スープ	米 豚肉 玉ねぎ しめじ ピーマン ケチャップ キャベツ ベーコン 南瓜 人参 セロリ ガラスープの素 ソース 塩こしょう	菓子 牛乳	
15	火	おにぎり 炒り豆腐 お浸し	米 ふりかけ とり肉 豆腐 人参 ごぼう 干し椎茸 ねぎ 玉ねぎ 小松菜 花かつお しょうゆ みりん 砂糖 片栗粉	クレープ 牛乳	ホットケーキ 牛乳 パナナ チョコソース
16	水	食パン ミネストローネ フライドポテト	食パン 豚肉 マカロニ 人参 玉ねぎ しめじ セロリ 水煮トマト オリーブ油 にんにく ソーセージ じゃが芋 油 塩 とりがらすの素 こしょう	あんこ団子 牛乳	白玉粉 豆腐 砂糖 小豆あん
17	木	お弁当	委託注文	チーズクッキー 牛乳	小麦粉 チーズ 砂糖 サラダ油
18	金	ビビンバ みそ汁	米 豚ひき肉 ほうれん草 もやし 人参 みぞ 玉ねぎ 厚あげ さつまいも もみのり ごま ごま油 砂糖 しょうゆ	菓子 牛乳	
19	土	お弁当	委託注文	菓子 牛乳	
23	水	おにぎり 筑前煮 ごま和え	米 ふりかけ 豚肉 小芋 干し椎茸 ごぼう こんにゃく いんげん たけのこ 人参 ほうれん草 白菜 ごま 砂糖 みりん しょうゆ 片栗粉	ポップコーン 牛乳	ポップコーン 油 塩
24	木	お弁当	委託注文	ビスコッティ 牛乳	ホットケーキ コーンフレーク 砂糖 油
25	金	チキンライス 野菜スープ	米 とり肉 玉ねぎ ピーマン パプリカ 人参 ケチャップ キャベツ じゃが芋 セロリ ガラスープの素 オリーブオイル 塩 こしょう 油 塩こうじ	菓子 牛乳	
26	土	お弁当	委託注文	菓子 牛乳	
28	月	ごはん 肉じゃが みそ汁	米 豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ いんげん 糸こんにゃく 豆腐 ワカメ しめじ みそ チンゲン菜 しょうゆ 砂糖 みりん 油	菓子 牛乳	
29	火	チャンポンうどん 酢の物	うどん 豚肉 白菜 人参 かまぼこ ピーマン 干し椎茸 きゅうり ワカメ 春雨 にんにく ごま油 とりがらすの素 片栗粉 塩 こしょう 酢 砂糖	マフィン 牛乳	ホットケーキ 牛乳 オレオ サラダ油 砂糖
30	水	おにぎり 豆腐と豚肉のスープ きんぴらごぼう	米 ふりかけ 豆腐 たけのこ えのき茸 人参 ごぼうこんにゃく 白ごま ねぎ しょうゆ 砂糖 塩 ごま油 唐辛子	きなこ団子 牛乳	白玉粉 豆腐 砂糖 きなこ