

日曜	献立	材 料	おやつ献立	材 料
19 水	チャンポンうどん 春雨酢の物	うどん 豚肉 かまぼこ 人参 パプリカ 白菜 筍 しめじ ピーマン 春雨 きゅうり わかめ ささみ缶 酢 ごま油 生姜 ガラスープの素	南瓜団子 牛乳	白玉粉 南瓜 きまこ 砂糖
20 木	ご飯 肉じゃが お浸し 果物	米 ふりかけ 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 糸こんにゃく 大豆水煮 いんげん 小松菜 胡麻 砂糖 みりん 醤油 りんご	チーズクッキー 牛乳	ホットケーキmix 粉チーズ 砂糖
21 金	ビビンバ みそ汁	米 豚挽肉 もやし 人参 ほうれん草 胡麻 油揚げ 玉葱 さつまいも みそ	牛乳 菓子	
22 土	お弁当	委託弁当	牛乳 菓子	
24 月	トマトピラフ ツナサラダ	米 豚肉 玉葱 ピーマン パプリカ 人参 マカロニ きゅうり ツナ マヨドレ ケチャップ オリーブ油 パプリカパウダー	牛乳 菓子	
25 火	ご飯 マーボー豆腐 海苔和え	ご飯 ごま塩 豚肉 豆腐 干し椎茸 人参 筍 青葱 チンゲン菜 粒コーン のり佃煮 ごま油 みそ 醤油 砂糖 にんにく 片栗粉	南瓜マフィン 牛乳	ホットケーキmix 南瓜 牛乳 砂糖 油
26 水	五日御飯 竹輪磯辺揚げ 胡麻和え	米 鶏肉ひき肉 人参 ごぼう しめじ 蒟蒻 グリーンピース 竹輪 てんぷら粉 青海苔粉 油 キャベツ きゅうり 酢 砂糖胡麻	ジャムサンド 牛乳	食パン ジャム クリームチーズ
27 木	コンライス クリーム煮 さつまいも甘辛煮 果物	米 粒コン 鶏肉 キャベツ 玉葱 人参 しめじ いんげん 味噌 上新粉 とりがらすープの素 さつまいも マガリン 黒ゴマ 醤油 砂糖	チョコクッキー 牛乳	小麦粉 ココア チョコチップ 砂糖 油
28 金	カレーライス フレンチサラダ	米 豚肉 じゃが芋 玉葱 人参 大豆水煮 グリーンピース カレールウ 白菜 きゅうり りんご 酢 砂糖 油 辛子	牛乳 菓子	
29 土	お弁当	委託弁当	牛乳 菓子	
31 月	豚丼 みそ汁	米 豚肉 玉葱 人参 青葱 みりん 醤油 砂糖 みそ 厚揚げ キャベツ 南瓜	牛乳 菓子	