

献立名 / 食品名
【和風豆腐ハンバーグ】
・豆腐ハンバーグ
・しょうゆ
・本みりん
・三温糖
・でんぷん
・水
【にんじんじゃこサラダ】
・にんじん
・しらたき
・しょうゆ
・本みりん
・ちりめんじゃこ
・サラダ油
・酢
【チンゲン菜の塩炒め】
・チンゲン菜
・豚もも小間切
・玉葱
・もやし
・にんにく
・サラダ油
・食塩
・こしょう
・しょうゆ
【ジャーマンポテト】
・皮付きポテト
・白絞油
・ペーコン
・玉葱
・食塩
・黒こしょう
・サラダ油
【野菜スープ】
・豚肩小間切肉
・キャベツ
・にんじん
・パセリ
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・鶏ガラパック(だし用)
・スープ
【麦ごはん】
・精白米
・米粒麦
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【いわしのパン粉焼き】
・いわし
・食塩
・こしょう
・白ワイン
・パン粉
・粉チーズ
・にんにく
・パセリ
・食塩
・こしょう
・オリーブ油
【ペンネアラピアータ】
・ペンネマカロニ
・塩
・豚肩挽き肉
・玉葱
・にんにく
・セロリー
・マッシュルーム水煮
・サラダ油
・バター
・ホールトマト缶詰
・トマトピューレ
・食塩
・こしょう
・チリパウダー
【きのこのサラダ】
・ほんしめじ
・えのきたけ
・きゅうり
・ハム
・にんじん
・じゃがいも
・白絞油
・にんにく
・こしょう
・しょうゆ
・レモン果汁
【炒り豆腐】
・生揚げ
・にんじん
・玉葱
・ちくわ
・干し椎茸
・ごま油
・清酒
・上白糖
・本みりん
・しょうゆ
・食塩
・炒り卵
・かつおだし

献立名 / 食品名
【お魚ポテト】
・お魚ポテト
・白絞油
【ひじきのサラダ】
・ひじき
・まぐろ油漬
・キャベツ
・きゅうり
・にんじん
・サラダ油
・しょうゆ
・酢
・上白糖
【みかん】
・みかん
【豚肉と野菜のオイスターソース炒め】
・豚肩小間切肉
・しょうゆ
・清酒
・もやし
・赤ピーマン
・にんにく
・古根しょうが
・オイスターソース
・上白糖
・こしょう
・万能ねぎ
・煎り白ごま
・ごま油
【むらくも汁】
・鶏モモ皮なし小間切
・豆腐
・液卵
・にんじん
・こまつな
・しょうゆ
・食塩
・でんぷん
・かつおだしパック
・だし汁
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【じゃこと豚肉の卵炒め】
・炒り卵
・ちりめんじゃこ
・豚肩小間切肉
・古根しょうが
・しょうゆ
・にんじん
・玉葱
・たけのこ(レトルト)
・ほんしめじ
・むきえだまめ
・ごま油
・上白糖
・清酒
・食塩
・しょうゆ
・だし汁
・でんぷん
【切干大根のツナ和え】
・切干大根
・まぐろ油漬
・にんじん
・こまつな
・キャベツ
・上白糖
・しょうゆ
【凍り豆腐のごまみそ和え】
・凍り豆腐角切り
・かつおだし
・薄口しょうゆ
・水
・小麦粉
・でんぷん
・白絞油
・赤みそ
・三温糖
・本みりん
・水
・煎り白すりごま
・煎り白ごま
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【白身魚のカレー竜田】
・白身魚のカレー竜田
・白絞油
【ポテトサラダ】
・じゃがいも
・にんじん
・きゅうり
・ハム
・酢
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【茎わかめのナムル】
・茎わかめ
・緑豆はるさめ
・にんじん
・煎り白ごま
・煎り白すりごま
・しょうゆ
・上白糖
・ごま油
・食塩
【いかとブロッコリーの五目炒め】
・いか
・むきえび
・清酒
・きくらげ
・にんじん
・たけのこ
・ブロッコリー
・にんにく
・長ねぎ
・サラダ油
・食塩
・こしょう
・しょうゆ
・でんぷん
【東北フルーツポンチ】
・りんご缶
・白桃缶
・黄桃缶
・寒天缶
【パンズパン】
・パンズパン
【牛乳】
・牛乳(飲用)
【アーモンド】
・小袋アーモンド

献立名 / 食品名	献立名 / 食品名
【あじの和風マリネ】	【麦ごはん】
・あじフィレ	・精白米
・しょうゆ	・米粒麦
・清酒	・水
・でんぷん	
・白絞油	【牛乳】
・しょうゆ	・牛乳(飲用)
・上白糖	
・サラダ油	
・酢	
・玉葱	
・水	
【もやしのサラダ】	
・もやし	
・にんじん	
・きゅうり	
・ホールコーン	
・食塩	
・酢	
・サラダ油	
・しょうゆ	
【みかん】	
・みかん	
【鶏肉とじゃがいものごま煮】	
・鶏胸皮なし小間切肉	
・古根しょうが	
・しょうゆ	
・清酒	
・サラダ油	
・じゃがいも	
・グリーンピース	
・食塩	
・上白糖	
・しょうゆ	
・煎り白すりごま	
・煎り白ごま	
【わかめ汁】	
・わかめ	
・鶏モモ皮なし小間切	
・豆腐	
・にんじん	
・干し椎茸	
・こまつな	
・しょうゆ	
・食塩	
・けずり節(だしパック)	
・水	

献立名 / 食品名
【黒酢de酢豚】
・豚もも角切り
・古根しょうが
・しょうゆ
・でんぷん
・白絞油
・たけのこ
・にんじん
・玉葱
・れんこん
・サラダ油
・上白糖
・しょうゆ
・黒酢
・トマトケチャップ
・でんぷん
・水
・ごま油
・ピーマン
【アーモンドサラダ】
・キャベツ
・きゅうり
・にんじん
・ハム
・ホールコーン
・サラダ油
・酢
・しょうゆ
・食塩
・上白糖
・細切アーモンド
【ビーフン炒め】
・ビーフン
・はくさい
・にんじん
・にら
・にんにく
・ごま油
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【鶏もも肉の照り焼き】
・鶏モモ皮つき切身
・清酒
・しょうゆ
・上白糖
・本みりん
・でんぷん
【ほうれん草とベーコンときのこの炒め】
・ほうれん草
・キャベツ
・ベーコン
・ほんしめじ
・バター
・食塩
・こしょう
【野菜のごま和え】
・もやし
・にんじん
・しょうゆ
・煎り白すりごま
・ねりごま
・上白糖
【ひじきとにんじんの煮物】
・ひじき
・つきこんにゃく
・にんじん
・油揚げ
・上白糖
・しょうゆ
・本みりん
・清酒
・ごま油
・かつおだし
・水
【野菜たっぷりお味噌汁】
・だいこん
・にんじん
・ごぼう
・わかめ
・長ねぎ
・白みそ
・煮干し(だしパック)
・だし汁
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【オムレツ&チリコンカン】
・プレーンオムレツ
・大豆水煮
・豚もも挽き肉
・玉葱
・にんにく
・マーガリン
・トマトピューレ
・トマトケチャップ
・とんかつソース
・食塩
・こしょう
・チリパウダー
・水
・がらスープ
・小麦粉
【白菜のソテー】
・はくさい
・にんじん
・エリンギ
・ベーコン
・チンゲン菜
・サラダ油
・食塩
・こしょう
・しょうゆ
【アーモンドポテトドック】
・じゃがいも
・ドッグ用米粉
・粉末アーモンド
・食塩
・水
・白絞油
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【タンドリーチキン】
・鶏モモ皮つき切身
・調理用ヨーグルト
・トマトケチャップ
・しょうゆ
・パブリカパウダー
・上白糖
・本みりん
・食塩
・カレー粉
・サラダ油
【ツナと青菜のペペロンチーノ】
・スパゲティ
・塩
・まぐろ油漬
・赤パブリカ
・ほうれん草
・にんにく
・たかのつめ
・オリーブ油
・食塩
・こしょう
【キャラメルポテト】
・さつまいも
・白絞油
・上白糖
・水
・生クリーム
【いかとハムのサラダ】
・いか
・ハム
・キャベツ
・にんじん
・サラダ油
・酢
・しょうゆ
・食塩
【りんご缶】
・りんご缶(四つ割)
【ソフトフランスパン】
ソフトフランスパン
【牛乳】
・牛乳(飲用)

