

献立名 / 食品名
【ボーク梅ハニー】
・豚肩ロース切り身
・清酒
・しょうゆ
・本みりん
・古根しょうが
・はちみつ
・しょうゆ
・本みりん
・かつおだし
・水
梅干しピューレ
・煎り白ごま
・長ねぎ
・でんぷん
【和風サラダ】
ハム
・キャベツ
・にんじん
・きゅうり
・食塩
・酢
・サラダ油
・しょうゆ
【かんきつ類】
・かんきつ類
【お豆のかりんとう】
・大豆水煮
・ひよこまめ
・白絞油
・三温糖
・しょうゆ
・本みりん
・水
・あらびきアーモンド
【いわしのつみれ汁】
いわしつみれ
・だいこん
・にんじん
・こまつな
・長ねぎ
・しょうゆ
・食塩
・けずり節（だしパック）
・だし汁
【麦ごはん】
・精白米
・米粒麦
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

献立名 / 食品名
【豚キムチ】
・豚肩小間切肉
・にんにく
・長ねぎ
・にんじん
・もやし
・にら
キムチ
・切干大根
・ごま油
・食塩
・しょうゆ
・本みりん
・上白糖
・でんぷん
【大学芋】
・さつまいも
・白絞油
・上白糖
・しょうゆ
・酢
・水
・煎り黒ごま
【春雨サラダ】
・キャベツ
・きゅうり
・赤パプリカ
・緑豆はるさめ
ハム
・上白糖
・しょうゆ
・酢
・食塩
・ごま油
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

献立名 / 食品名
【焼き鮭】
・さけ切り身
・食塩
・サラダ油
【ほうれん草のおひたし】
・ほうれんそう
・もやし
・油揚げ
・上白糖
・しょうゆ
・かつお節糸削り
【だし巻たまご】
だし巻きたまご
【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
・ごま油
・酢
【豚汁】
・豚肩小間切肉
・にんじん
・だいこん
・ごぼう
・サラダ油
・長ねぎ
・白みそ
・けずり節（だしパック）
・水
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）

献立名 / 食品名
【星型ハンバーグカレー】
星型ハンバーグ
・サラダ油
・鶏胸皮つき挽き肉
・玉葱
・にんじん
・えだまめ
・にんにく
・古根しょうが
・サラダ油
トマトケチャップ
・ダイストマト缶
・カレー粉
ウスターソース
・食塩
・こしょう
・小麦粉
【キャベツとコーンのソテー】
・キャベツ
・ホールコーン
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【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
マヨネーズ
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳（飲用）
【はやぶさゼリー】
ぶどうゼリー

献立名 / 食品名	献立名 / 食品名
【白身魚の米粉揚げ】	【ひよこ豆のスープ】
・たら角切り	・ひよこまめ
・食塩	・にんじん
・こしょう	・玉葱
・清酒	ベーコン
・じゃがいも	・鶏胸皮つき小間切肉
・米粉パウダー	・こまつな
・でんぷん	・にんにく
・白絞油	・サラダ油
・上白糖	・食塩
・古根しょうが	・こしょう
・しょうゆ	・しょうゆ
・上白糖	・ベイリーフ
・酢	・鶏ガラパック（だし用）
・レモン果汁	・スープ
・ごま油	
・水	【ごはん】
	・精白米
	・水
【無限ピーマン】	
・ピーマン	
・もやし	【牛乳】
・まぐろ油漬	・牛乳（飲用）
・ごま油	
・塩昆布	
・食塩	
・煎り白ごま	
【えびと卵のサラダ】	
・キャベツ	
・むきえび	
・清酒	
・ごま油	
・上白糖	
・しょうゆ	
・食塩	
・酢	
炒り卵	
【切干大根のソース炒め】	
・切干大根	
・豚肩小間切肉	
・にんじん	
・玉葱	
・サラダ油	
・食塩	
・こしょう	
ウスターソース	
中濃ソース	
・水	

献立名 / 食品名
【アジのフライ】
あじフライ
・白絞油
【ほうれん草の炒め物】
・ほうれんそう
・もやし
・ホールコーン
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【じゃことトマトのマリネ】
・ちりめんじゃこ
・きゅうり
・にんじん
・じゃがいも
・えだまめ
・トマト
・玉葱
・オリーブ油
・酢
・レモン果汁
・しょうゆ
・上白糖
・食塩
【お魚豆腐のピリ辛焼き】
お魚豆腐
・古根しょうが
・にんにく
・上白糖
トウバンジャン
・ごま油
・しょうゆ
・本みりん
・酢
・水
・でんぷん
【のりと梅干しのみそ汁】
・あおさ
・豆腐
・にんじん
・長ねぎ
梅干しピューレ
・白みそ
・赤みそ
・けずり節(だしパック)
・だし汁
【わかめごはん】
・精白米
・わかめごはんのもと
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

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
【コーンしゅうまい】
コーンしゅうまい
【ナムル】
・もやし
ハム
・にんじん
・こまつな
・長ねぎ
・ごま油
・上白糖
・しょうゆ
・煎り白ごま
・煎り白すりごま
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【チキンアドボ】
・鶏胸皮つき角切り肉
・清酒
・玉葱
・にんにく
・古根しょうが
・サラダ油
・清酒
・酢
・しょうゆ
・こしょう
・でんぷん
・水
【粉ふき芋】
・じゃがいも
・食塩
【ブロッコリーとえびの卵炒め】
・ブロッコリー
・にんじん
・きくらげ
・長ねぎ
・にんにく
・むきえび
・清酒
炒り卵
・ごま油
オイスターソース
・食塩
・こしょう
・でんぷん
【パンシットビーホン】
・ピーファン
・キャベツ
・にんじん
・にら
・にんにく
・ごま油
・しょうゆ
・食塩
・こしょう

献立名 / 食品名
【シニガン風スープ】
・豚もも角切り
ベーコン
・ダイストマト缶
・玉葱
・なす
・だいこん
・にんじん
・にんにく
・サラダ油
・食塩
・こしょう
・レモン果汁
・鶏ガラパック(だし用)
・スープ
・ベイリーフ
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

献立名 / 食品名
【白身魚のスパイシームニエル】
・メルルーサ切り身
・白ワイン
・小麦粉
・バター
・オリーブ油
・カレー粉
・チリパウダー
・ガーリックパウダー
・食塩
【ナポリタン】
・スパゲティ
・塩(ゆで用)
ウインナー
・玉葱
・にんじん
・ピーマン
・古根しょうが
・マッシュルーム水煮
・サラダ油
・食塩
・こしょう
トマトケチャップ
・トマトピューレ
ウスターソース
【小松菜ともやしのソテー】
・こまつな
・もやし
・ホールコーン
ベーコン
・サラダ油
・食塩
・こしょう
【アーモンドポテトドッグ】
・じゃがいも
ドッグ用米粉
・粉末アーモンド
・食塩
・水
・白絞油
【ロールパン】
ロールパン
【牛乳】
・牛乳(飲用)
【型抜きチーズ】
型抜きチーズ

献立名 / 食品名
【チキンタコライス】
・鶏胸皮つき挽き肉
・大豆水煮
・玉葱
・にんにく
・ズッキーニ
・トマトピューレ
トマトケチャップ
・サラダ油
・チリパウダー
ウスターソース
・カレー粉
・食塩
・こしょう
・ピザ用チーズ
・ダイストマト缶
・小麦粉
【クープイリチー】
・豚もも細切り
・糸こんにゃく
・にんじん
・大豆水煮
焼きちくわ
・ごま油
・三温糖
・しょうゆ
・水
【ゴーヤチャンプルー】
・豆腐
・にがうり
・もやし
炒り卵
・豚肩小間切肉
・サラダ油
・清酒
・上白糖
・しょうゆ
・食塩
・こしょう
・かつお節糸削り
【フルーツジュレ】
・バイン缶
アセロラジュレ
・寒天缶
【ごはん】
・精白米
・水
【牛乳】
・牛乳(飲用)

