

1日(木)	2日(金)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳
* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳
パイパン	ごはん	ごはん	小型コッペパン	ごはん	ごはん	小型黒糖パン
* 小型コッペパン	米	米	* 小型コッペパン	米	米	* 黒糖パン
パイ	ガバオふうライス	マーボー丼	たちうおの唐揚げ	ハヤシライス	ドライカレー	揚げシューマイ
さわらのパン粉焼き	* 豚肉	* 豚肉	* たちうお	* 豚肉	* 豚肉	* しゅうまい
さわら	しょうが	しょうが	あぶら	にんにく	しょうが	あぶら
食塩	にんにく	にんにく	大根のベーコンに	油	にんにく	油
こしょう	ごま油	ごま油	* ベーコン	たまねぎ	油	油
ハセリ	たまねぎ	たまねぎ	油	バター	たまねぎ	いためナムル
* パン粉	にんじん	たけのこ	大根	にんじん	にんじん	もやし
オリーブ油	たけのこ	にんじん	にんじん	じゃがいも	ピーマン	にんじん
ポテトサラダ	ピーマン	* 豆腐	砂糖	* 鶏ガラスープ	ひよこまめ	ワケツパイ
* ハム	コーン	青ねぎ	* 濃口醤油	水	コーン	ぜんまい
油	* 鶏ガラスープ	食塩	食塩	* ハヤシめ	* 鶏ガラスープ	ごま油
たまねぎ	砂糖	* 赤みそ	* 鶏ガラスープ	食塩	* 小麦粉	* 濃口醤油
にんじん	* 濃口醤油	* ハトムギ	片栗粉	こしょう	* カレー粉	砂糖
じゃがいも	パジル	豆板醤	小松菜コーンスープ	ポイルサラダ	* ワケツパイ	一味唐辛子
きゅうり	にらもやしいため	酒	鶏肉	キャベツ	* 濃口醤油	豆腐の中華煮
* 卵なしマゼーズ	* ベーコン	* 濃口醤油	油	コーン	食塩	* 豚肉
食塩	もやし	食塩	たまねぎ	にんじん	こしょう	しょうが
こしょう	にら	片栗粉	にんじん	* 卵なしマゼーズ	野菜コロコロスープ	ごま油
ピーンズミネストローネ	たまねぎ	* 鶏ガラスープ	じゃがいも	みかん	みかん	たまねぎ
* ベーコン	食塩	水	コーン	ナタデココ	* 油	ワケツパイ
オリーブ油	こしょう	春巻き	コーン	みかん	キャベツ	キャベツ
キャベツ	油	* はるまき	こまつな		たまねぎ	にんじん
にんじん	肉団子とほるさめのスープ	あぶら	* クリームカルウ		にんじん	* 鶏ガラスープ
たまねぎ	* 肉だんご	ゼリー	食塩		じゃがいも	水
トマト	* 豆腐	ゼリー	こしょう		ひよこまめ	* 豆腐
* マカロニ	たまねぎ		* 鶏ガラスープ		ハセリ	たけのこ
* 大豆	にんじん		水		* 淡口醤油	片栗粉
ハセリ	青ねぎ				食塩	青ねぎ
* 鶏ガラスープ	はるさめ				こしょう	砂糖
水	* 淡口醤油				* 鶏ガラスープ	* みりん
* 淡口醤油	食塩				水	* 淡口醤油
食塩	こしょう				フルーツ(りんご)	食塩
こしょう	* 鶏ガラスープ				* りんご	
	水					
14日(水)	15日(木)	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)
牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳	牛乳
* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳	* 牛乳
* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳	* 豆乳
ごはん	コッペパン	ごはん	ごはん	コッペパン	ごはん	夕焼けごはん
米	* コッペパン	米	米	* コッペパン	米	α化米
ふき入りふりかけ	白身魚のミキサー	玉ねぎ丼	ツナそぼろ	新玉ねぎのバター	みそかつ	α化もち米
* 削りぶし	* 林檎	* 鶏肉	まぐろ	* 豚肉	* ヒレかつ	* 鶏肉
ふき	* ホキフライ	油	にんじん	たまねぎ	あぶら	たけのこ
こんぶ	あぶら	たまねぎ	ごぼう	しょうが	* 濃厚ソース	にんじん
酢	たまねぎ	バター	コーン	* 濃口醤油	* 赤みそ	* 油揚げ
* みりん	にんじん	つきこんにやく	しょうが	* みりん	トマトチャップ	* 淡口醤油
* 濃口醤油	ハセリ	ごぼう	油	酒	砂糖	* みりん
砂糖	砂糖	青ねぎ	* 濃口醤油	油	水	* 削りぶし
たじりのまごわやさしいよ	酢	砂糖	砂糖	ぐりとぐらのスープ	高野豆腐の煮物	水
ひじき	食塩	* 濃口醤油	* みりん	* 鶏肉	* 高野豆腐	ちくわの炒り煮
* 鶏肉	こしょう	酒	和風炒め	油	* 削りぶし	* 豚肉
にんじん	水	焼き芋	ちりめん	たまねぎ	砂糖	ごま油
ごま油	白ワイン	さつまいも	油	かぼちゃ	* 淡口醤油	ちくわ
* 大豆	ペーコン	わかめのみそしる	キャベツ	にんじん	食塩	にんじん
ちくわ	* ベーコン	わかめ	にんじん	コーン	水	つきこんにやく
つきこんにやく	たまねぎ	きゅうめ	たまねぎ	* 鶏ガラスープ	すまし汁	砂糖
しいたけ	じゃがいも	* 豆腐	* 濃口醤油	* クリームカルウ	* 豆腐	* 濃口醤油
しろこま	にんじん	つきこんにやく	* みりん	食塩	にんじん	* みりん
* 削りぶし	コーン	にんじん	しろこま	こしょう	たまねぎ	大根のみそ汁
砂糖	* 鶏ガラスープ	もやし	こまつなのみそ汁	水	こまつな	* 油揚げ
* みりん	* クリームカルウ	こまつな	* 油揚げ	フルーツ(みかん)	わかめ	大根
* 濃口醤油	こしょう	たまねぎ	* 豆腐	みかん	* 削りぶし	だいこん菜
水	水	* 赤みそ	たまねぎ		水	にんじん
にゅうめん汁	ゼリー	* 削りぶし	こまつな		* 淡口醤油	もやし
* 素麺	ゼリー	水	* 赤みそ		* みりん	たまねぎ
* 豆腐			* 削りぶし		食塩	* 赤みそ
にんじん			水		わがし	* 削りぶし
たまねぎ					わがし	水
こまつな						ミニゼリー
* 赤みそ						* ミニゼリー
* 削りぶし						
水						