

日	10月9日 (木)	10月10日 (金)	10月14日 (火)	10月15日 (水)	10月16日 (木)	10月17日 (金)						
献立名	御飯 牛乳(200ml) 揚げ餃子(3) かき玉汁 小松菜とえのきのナムル	★御飯 牛乳(Ⓜ250ml) さばの塩焼き ごぼうと豚肉の炒め煮 野菜サラダ	わかめ麦御飯 牛乳(200ml) 鶏肉のから揚げ(2) ABCスープ 醤油フレンチ ガトーショコラ	カレーライス(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) すだち酢和え	大豆入りタコライス(麦御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 豆腐団子と春雨のスープ	担々麺 牛乳(200ml) 春巻き こんにやくサラダ						
材料名及び分量 (一人分のグラム数)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)						
	御飯	92	御飯	92	わかめ麦御飯	83	麦御飯	105	大豆入りタコライス	105	中華麺	231
	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206	じゃが芋	45	豚もも挽肉	26	たけのこ	15
	餃子27g	81	★さばの文化干し60g	60	鶏もも切身皮なし(酒醤油にんにく)35g	70	玉ねぎ	45	玉ねぎ	24	にら	6
	米油	9	米油	1	馬鈴薯澱粉	6	人参	20	人参	16	もやし	20
	(冷凍)液卵	25	ごぼう	40	米油	9	豚もも肉	20	大豆	5	長ねぎ	15
	(冷凍)豆腐	25	豚もも肉	12	アルファベットマカロニ	6	豚肩肉	20	にんにく	0.24	人参	8
	人参	10	豚肩肉	12	白菜	25	にんにく	0.3	米油	0.2	豚もも挽肉	6
	鶏胸肉	6	板こんにやく	15	人参	15	米油	1	清酒	0.8	豚肩挽肉	6
	鶏もも肉	6	人参	10	玉ねぎ	20	カレールー	18	トマト(カット)	20	根生姜	0.7
長ねぎ	7	(冷凍)さやいんげん	15	粗挽ウインナー(カット)	12	粉チーズ	4	塩	0.4	にんにく	0.3	
濃口醤油	3.8	根生姜	1	パラベーコン	5	プロセスチーズ(ダイス状)	4	白こしょう	0.01	干椎茸スライス	0.5	
塩	0.8	米油	1	(冷凍)グリーンピース	5	トマトケチャップ	2	チリパウダー	0.01	赤味噌	17	
かつお削り節パック(だし用)	2.5	清酒	3	濃口醤油	1.2	ウスターソース	2	カレールー	0.2	濃口醤油	4.3	
馬鈴薯澱粉	0.6	上白糖	2.5	塩	0.8	ガラムマサラ	0.15	トマトケチャップ	9	豆板醤	0.3	
小松菜	30	水	20	白こしょう	0.05	牛乳(250ml)	257	上白糖	0.36	中華用スープストック	0.7	
キャベツ	20	キヤベツ	50	鶏がらスープの素	0.3	小松菜	20	オイスターソース	0.24	ごま油	0.5	
人参	10	きゅうり	12	鶏がら	6	もやし	30	キャベツ	50	白こしょう	0.05	
(冷蔵)えのきたけ	10	ホールコーン	12	キャベツ	50	乾燥カットわかめ	0.4	きゅうり	12	白ねりごま	2.5	
濃口醤油	3	米サラダ油	2.5	きゅうり	12	うすくち醤油	2.6	塩	0.12	鶏がら	5	
ごま油	1.5	米サラダ油	2.5	人参	7	上白糖	1.2	牛乳(250ml)	257	牛乳(200ml)	206	
塩	0.12	濃口醤油	3.9	米サラダ油	3	ごま油	0.5	人参	12	春巻50g	50	
白こしょう	0.02	水	20	濃口醤油	3	すだち果汁	1.5	チンゲンサイ	15	米油	6	
				ガトーショコラ30g	30			豆腐ミートボール	35	大根	20	
								春雨	6	サラダ用こんにやく	12	
								濃口醤油	2.5	人参	10	
								清酒	1.2	きゅうり	12	
								塩	0.8	ホールコーン	12	
								中華用スープストック	0.8	玉ねぎドレッシング(ボトル)	7.5	
								鶏がら	6			

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	10月20日 (月)	10月21日 (火)	10月22日 (水)	10月23日 (木)	10月24日 (金)	10月27日 (月)						
献立名	麦御飯 牛乳(Ⓜ250ml) 豆とかぼちゃのコロッケ 五目金平 切干大根のサラダ	五目寿司(酢飯) 牛乳(Ⓜ250ml) さんまのオレンジ煮 千草和え	御飯 牛乳(200ml) 照り焼きハンバーグ イナムドウチ 変わり浸し シークワサーゼリー	黒パン 牛乳(Ⓜ250ml) チリコンカン ポテトサラダ	クファージュシー 牛乳(Ⓜ250ml) 大豆とごぼうのメンチカツ コーンサラダ スティックチーズ	御飯 牛乳(200ml) 鶏肉のごま味噌かけ 豚肉と根菜のすまし汁 マカロニサラダ						
材料名及び分量 (一人分のグラム数)		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)					
	麦御飯	83	酢飯	92	御飯	92	黒パン80g	125	アルファー化米	54	御飯	92
	牛乳(250ml)	257	鶏もも肉	12	牛乳(200ml)	206	牛乳(250ml)	257	もち米アルファー化米	7.2	牛乳(200ml)	206
	豆とかぼちゃのコロッケ80g	80	鶏胸肉	12	ハンバーグ60g	60	大豆	25	豚もも肉せん切り	27	鶏もも切身(酒漬)70g	70
	米油	9	人参	15	米油	1	豚もも挽肉	15	糸昆布	1	米油	1
	ごぼう	30	生竹輪	12	濃口醤油	4	豚肩挽肉	15	人参	7	白いりごま	2.5
	れんこん	12	油揚げ	8	上白糖	2	玉ねぎ	35	長ねぎ	6	濃口醤油	0.84
	人参	15	(冷凍)グリーンピース	5	本みりん	1	人参	10	油揚げ	8	塩	0.7
	さつま揚げ	15	干椎茸スライス	1.5	馬鈴薯澱粉	0.3	にんにく	0.2	米油	1.2	濃口醤油	2
	(冷凍)さやいんげん	10	たけのこ	8	水	5	米油	1	水	105	白味噌	3.4
	鶏胸肉	8	清酒	1	豚もも肉せん切り	36	トマトケチャップ	19	牛乳(250ml)	257	上白糖	1.7
	鶏もも肉	8	上白糖	3.6	糸かまぼこ	18	ウスターソース	3	大豆とごぼうのメンチカツ60g	60	水	5.5
	米油	1	濃口醤油	6.5	突こんにやく	36	スープストック	0.5	米油	7	豚肩肉	12
	濃口醤油	5.5	水	30	干椎茸スライス	1.8	チリパウダー	0.35	キャベツ	40	豚もも肉	12
	上白糖	2.5	さんまのオレンジ煮45g	45	かつお削り節パック(だし用)	2	パプリカ	0.3	ホールコーン	15	大根	20
	白いりごま	1.2	キャベツ	30	豚骨スープ	6	白こしょう	0.05	人参	7	人参	12
	水	6	ほうれん草	25	白味噌	13	(冷蔵)じゃが芋	40	きゅうり	12	小松菜	12
	切干大根	7	ホールコーン	10	本みりん	2.5	人参	10	濃口醤油	3	ごぼう	12
	きゅうり	12	人参	7	キャベツ	25	きゅうり	12	米サラダ油	2.5	長ねぎ	10
	人参	12	米サラダ油	2.5	(冷凍)ほうれん草	10	玉ねぎ	15	濃口醤油	3	油揚げ	10
米サラダ油	3	濃口醤油	3	人参	10	米酢	1.2	米サラダ油	2.5	清酒	1	
濃口醤油	4			もやし	35	上白糖	0.2	スティックチーズ10g	10	うすくち醤油	7	
				濃口醤油	3.5	塩	0.2	【アレルギー対応】味付け小いわし(ごまなし)5g	5	濃口醤油	1.2	
				米サラダ油	1.2	白こしょう	0.04			かつお削り節パック(だし用)	2	
				ごま油	0.3	マヨネーズ(チューブ)	7.5			フジリマカロニ	7	
				シークワサーゼリー50g	50					米サラダ油	0.15	
										きゅうり	10	
										キャベツ	20	
										人参	12	
										米サラダ油	2.4	
										濃口醤油	3	
										塩	0.12	
										白こしょう	0.01	

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目【卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ】を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。

※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。

日	10月28日 (火)	10月29日 (水)	10月30日 (木)	10月31日 (金)				
献立名	★肉丼(御飯) 牛乳(Ⓜ250ml) 酢の物 みかん	御飯 牛乳(Ⓜ250ml) レバーと高野豆腐の揚げ和え ひじきの炒り煮 中華サラダ	御飯 牛乳(Ⓜ250ml) あじ磯辺フライ けんちん汁 春雨サラダ	子どもパン 牛乳(Ⓜ250ml) ミートボール(3) アイリッシュスープ コールスロー				
材料名及び分量(一人分のグラム数)		(g)	(g)	(g)	(g)	(g)		
	御飯	113	御飯	92	御飯	92	子供パン80g	119
	★豚もも肉(酒漬)	35						
	★豚肩肉(酒漬)	35	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257	牛乳(250ml)	257
	玉ねぎ	55	豚レバー(生姜醤油にんにく漬)濃粉付	30	あじ磯辺フライ60g	60	ミートボール(ケチャップ味)20g	60
	白滝	36	高野豆腐	5	米油	7		
	人参	12	馬鈴薯澱粉	2	中濃ソース(ボトル)	5	豚肩肉角切り	18
	ほうれん草	15	米油	6	じゃが芋	25	じゃが芋	40
	根生姜	0.7	濃口醤油	6	大根	20	人参	15
	本みりん	1.2	上白糖	4	人参	12	玉ねぎ	30
上白糖	3	本みりん	3	ごぼう	10	大麦	9	
濃口醤油	10	水	2	長ねぎ	7	スープストック	1.2	
牛乳(250ml)	257	ひじき	5	木綿豆腐	30	ローリエ	0.03	
きゅうり	12	突こんにゃく	20	板こんにゃく	12	米油	1.2	
春雨	6	人参	12	油揚げ	7	塩	0.9	
乾燥カットわかめ	0.6	ごぼう	10	米油	0.5	白こしょう	0.05	
米酢	3.6	鶏胸肉	12	濃口醤油	8	キャベツ	55	
濃口醤油	3.6	油揚げ	6	塩	0.2	人参	10	
上白糖	1.5	さつま揚げ	6	煮干しパック	2	米サラダ油	2.5	
塩	0.12	米油	1.5	かつお削り節パック(だし用)	0.7	上白糖	1	
みかん	100	上白糖	2.5	春雨	4	塩	0.25	
		濃口醤油	6.5	キャベツ	35	りんご酢	2.5	
		本みりん	1.2	人参	7			
		水	30	きゅうり	10			
		キャベツ	45	米サラダ油	2.5			
		きゅうり	12	上白糖	0.2			
		人参	7	塩	0.15			
		糸寒天	10	米酢	3			
		中華ドレッシング(ボトル)	7.5	濃口醤油	2.5			
				洋辛子粉	0.05			

※★印が付いた献立は、特定原材料8品目[卵・乳・小麦・そば・落花生・えび・かに・くるみ]を使用しない献立です。但し、飲用牛乳、醤油(小麦)は使用します。使用されている加工食品及び原料配合表の該当する食品に★印が付いています。
 ※パンの献立に表示されている材料名の重量は、小麦粉及び生地重量です。