

2 (月)		3 (火) 部分		4 (水)		5 (木)		6 (金)		7 (土)	
昼食	ドライカレー	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	香きずし 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	豚肉と干切大根の炒め物 豚肉 にんじん 干切大根 にら 三温糖 こいくちしょうゆ 1 1 1 1 1 1	麦ごはん 米 米酢 45 4	さけのパン粉焼き さけ 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 2 3 0.3 0.2 2 2	豚みそ丼 米 米酢 50 4	豚ひき肉 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 30 4 35 10 20 1 2.5
	白菜のサラダ	はくさい 水菜 たまねぎ ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ すりこごま	五目煮 大豆 にんじん 三温糖 昆布 さつまいも うすくちしょうゆ 三温糖 だし みそ汁 木綿豆腐 わかめ だし みそ	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	さつまいもの甘黒 さつまいも レーズン 三温糖 みりん うすくちしょうゆ みそ汁 はくさい さつまいも ねぎ だし みそ	おから和え おから ごま油 かぶ えのき たまご うすくちしょうゆ かぶの節 みそ 3 3 2 8 8 1.2 1.5	すまし汁 木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	
	ドライカレー	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	香きずし 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	豚肉と干切大根の炒め物 豚肉 にんじん 干切大根 にら 三温糖 こいくちしょうゆ 1 1 1 1 1 1	麦ごはん 米 米酢 45 4	さけのパン粉焼き さけ 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 2 3 0.3 0.2 2 2	豚みそ丼 米 米酢 50 4	豚ひき肉 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 30 4 35 10 20 1 2.5
	白菜のサラダ	はくさい 水菜 たまねぎ ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ すりこごま	五目煮 大豆 にんじん 三温糖 昆布 さつまいも うすくちしょうゆ 三温糖 だし みそ汁 木綿豆腐 わかめ だし みそ	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	さつまいもの甘黒 さつまいも レーズン 三温糖 みりん うすくちしょうゆ みそ汁 はくさい さつまいも ねぎ だし みそ	おから和え おから ごま油 かぶ えのき たまご うすくちしょうゆ かぶの節 みそ 3 3 2 8 8 1.2 1.5	すまし汁 木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	
	ドライカレー	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	香きずし 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	豚肉と干切大根の炒め物 豚肉 にんじん 干切大根 にら 三温糖 こいくちしょうゆ 1 1 1 1 1 1	麦ごはん 米 米酢 45 4	さけのパン粉焼き さけ 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 2 3 0.3 0.2 2 2	豚みそ丼 米 米酢 50 4	豚ひき肉 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 30 4 35 10 20 1 2.5
	白菜のサラダ	はくさい 水菜 たまねぎ ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ すりこごま	五目煮 大豆 にんじん 三温糖 昆布 さつまいも うすくちしょうゆ 三温糖 だし みそ汁 木綿豆腐 わかめ だし みそ	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	さつまいもの甘黒 さつまいも レーズン 三温糖 みりん うすくちしょうゆ みそ汁 はくさい さつまいも ねぎ だし みそ	おから和え おから ごま油 かぶ えのき たまご うすくちしょうゆ かぶの節 みそ 3 3 2 8 8 1.2 1.5	すまし汁 木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	
	ドライカレー	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	香きずし 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	豚肉と干切大根の炒め物 豚肉 にんじん 干切大根 にら 三温糖 こいくちしょうゆ 1 1 1 1 1 1	麦ごはん 米 米酢 45 4	さけのパン粉焼き さけ 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 2 3 0.3 0.2 2 2	豚みそ丼 米 米酢 50 4	豚ひき肉 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 30 4 35 10 20 1 2.5
	白菜のサラダ	はくさい 水菜 たまねぎ ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ すりこごま	五目煮 大豆 にんじん 三温糖 昆布 さつまいも うすくちしょうゆ 三温糖 だし みそ汁 木綿豆腐 わかめ だし みそ	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	さつまいもの甘黒 さつまいも レーズン 三温糖 みりん うすくちしょうゆ みそ汁 はくさい さつまいも ねぎ だし みそ	おから和え おから ごま油 かぶ えのき たまご うすくちしょうゆ かぶの節 みそ 3 3 2 8 8 1.2 1.5	すまし汁 木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	
	ドライカレー	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	香きずし 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	豚肉と干切大根の炒め物 豚肉 にんじん 干切大根 にら 三温糖 こいくちしょうゆ 1 1 1 1 1 1	麦ごはん 米 米酢 45 4	さけのパン粉焼き さけ 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 2 3 0.3 0.2 2 2	豚みそ丼 米 米酢 50 4	豚ひき肉 料理酒 はくさい ピーマン たまねぎ ごま油 みそ 30 4 35 10 20 1 2.5
	白菜のサラダ	はくさい 水菜 たまねぎ ノンエッグマヨネーズ うすくちしょうゆ すりこごま	五目煮 大豆 にんじん 三温糖 昆布 さつまいも うすくちしょうゆ 三温糖 だし みそ汁 木綿豆腐 わかめ だし みそ	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	さつまいもの甘黒 さつまいも レーズン 三温糖 みりん うすくちしょうゆ みそ汁 はくさい さつまいも ねぎ だし みそ	おから和え おから ごま油 かぶ えのき たまご うすくちしょうゆ かぶの節 みそ 3 3 2 8 8 1.2 1.5	すまし汁 木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	木綿豆腐 ねぎ だし うすくちしょうゆ 食塩	
9 (月)		10 (火)		11 (水)		12 (木)		13 (金)		14 (土)	
昼食	麦ごはん	米 45 4 35 40 15 10 10 0.3 2 1 0.5 0.7 0.3 0.1 8	麦ごはん 米 米酢 味噌 三温糖 食塩 ツナ ノンエッグマヨネーズ きゅうり にんじん かき 三温糖 うすくちしょうゆ 2 2 0.3 2	麦ごはん 米 米酢 45 4	鶏肉の照り焼き 鶏肉 こいくちしょうゆ みりん 三温糖 料理酒 2 2 1 2 2	チキンカレーライス 米 米酢 鶏肉 たまねぎ にんじん カレー粉 カレールウ 10 1					