

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ	精白米		
	味噌汁	キャベツ角切り ネギ	乾燥わかめ 味噌・ダシ	
	ゆでたまご	鶏卵 (MS)		
	ミートボールのケチャップソース	鶏肉団子 (味無し)	ケチャップ・コンソメ・砂糖 ウスターソース・片栗粉	
	ひじきの煮物	ひじき 刻みあげ	人参 (冷) ダシ・砂糖・醤油	
	生野菜	キャベツ千切り コーン (冷)	人参 (生) ブロッコリー (冷)	
	コーンフレーク フルーツ	コーンフレーク グレープフルーツ		
	ふりかけ・味付け海苔 牛乳、珈琲、麦茶	ふりかけ 牛乳 コーヒー	味付けのり 麦茶	
	栄養価小計			
	昼	ご飯、おかゆ ちゃんぽん	精白米 中華麺 (冷) 玉ねぎ キャベツ角切り	チャンボンスライス 人参 (冷) ネギ とんこつラーメンスープ 塩コショウ・サラダ油
		蒸ししゅうまい	しゅうまい	ポン酢
		イカフリットのチリソース	イカフリッター	ブロッコリー (冷) サラダ油 ケチャップ・砂糖・酢・醤油・にんにく しょうが・豆板醤
		中華野菜炒め	中華野菜ミックス	玉ねぎ グルリッキチキンだし・塩コショウ サラダ油・ごま油
里芋の揚げ出し風		さといも乱切り サラダ油	ネギ めんつゆ・砂糖・生姜・片栗粉	
生野菜		キャベツ千切り	人参 (生)	
キャベツのキムチ和え		キャベツ角切り	きゅうり キムチチゲの素・ごま ごま油	
フルーツ ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		オレンジ ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
栄養価小計				
夕		ご飯、おかゆ キノコハヤシライス	精白米 豚こま 人参 (冷)	玉ねぎ きのこミックス ハヤシルウ・ケチャップ・醤油 中濃ソース・ウスターソース 塩コショウ・サラダ油
		チキンカツ	チキンカツ	サラダ油
		鮭のマヨネーズ焼き	さけ	マヨネーズ・パセリ
		オニオンリングフライ	オニオンリング	サラダ油
	さつまいものレモン煮	さつまいも (生)	レモン 醤油・砂糖	
	生野菜	キャベツ千切り レタス	人参 (生)	
	ペンネサラダ	ペンネ 人参 (冷)	きゅうり マヨネーズ・塩コショウ	
	プリン ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	プリン ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
	栄養価小計			
	栄養価合計			

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ	精白米		
	味噌汁	玉ねぎ ネギ	乾燥わかめ 味噌・ダシ	
	厚焼き玉子	厚焼き玉子		
	めざしのオイル焼き	めざし	キャノリーブ油	
	切り干し大根の煮物	切干大根 刻みあげ	人参(冷) ダシ・砂糖・醤油	
	生野菜	キャベツ千切り ミニトマト	人参(生) きゅうり	
	コーンフレーク フルーツ ふりかけ・味付け海苔 牛乳、珈琲、麦茶	コーンフレーク バナナ ふりかけ 牛乳 コーヒー	味付けのり 麦茶	
	栄養価小計			
	昼	ご飯、おかゆ	精白米	
		かき玉スープ	鶏卵(MS) ネギ	乾燥わかめ グルリッキチキンだし・片栗粉 ゴマ油
		若鶏のから揚げ	若鶏から揚げ	サラダ油
		秋刀魚の生姜煮	さんま	ネギ 醤油・砂糖・生姜
		ブロッコリーとハムのソテー	ブロッコリー(冷) コーン(冷)	カットハム 塩コショウ・サラダ油
かぼちの煮物		かぼち(冷)	醤油・砂糖・ダシ	
生野菜		キャベツ千切り	人参(生)	
和風豆腐サラダ		木綿豆腐	ネギ ごま醤油ドレッシング	
フルーツ ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		グレープフルーツ ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
栄養価小計				
夕		ご飯、おかゆ ピリ辛焼うどん	精白米 うどん(冷) キャベツ角切り 人参(冷)	豚こま 玉ねぎ キムチチゲの素・焼肉のたれ サラダ油
		わかめスープ	乾燥わかめ	ネギ グルリッキチキンだし・ごま・ごま油
		肉団子のガリ бата煮	鶏肉団子(味無し) 人参(冷)	絹さや(冷) 醤油・砂糖・ダシ・照り焼きたれ ニンニク・バターオイル
	きびなごの南蛮づけ	南蛮用きびなご 人参(生) サラダ油	玉ねぎ 貝割れ 醤油・砂糖・酢 七味・ごま油	
	厚揚げステーキ	厚揚げ	ネギ 生姜焼きのたれ	
	ツナじゃが煮	じゃがいも乱切り 人参(冷)	玉ねぎ シーチキン ダシ・砂糖・醤油	
	生野菜	キャベツ千切り レタス	人参(生)	
	れんこんのごまマヨサラダ	れんこん(水煮) むき枝豆	人参(冷) ごまドレッシング・マヨネーズ ダシ・砂糖	
	ゼリー(ぶどう・りんご) ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	ゼリー(ぶどう・りんご) ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
	栄養価小計			
	栄養価合計			

	献立名	食品名	備考
朝	ご飯、おかゆ	精白米	
	味噌汁	キャベツ角切り ネギ	乾燥わかめ 味噌・ダシ
	スクランブルエッグ	鶏卵 (MS)	玉ねぎ
	さばの塩焼き	さば	塩・こしょう・サラダ油
	きんぴらごぼう	ごぼう(冷)	人参(冷)
	生野菜	キャベツ千切り コーン(冷)	人参(生) ブロッコリー(冷)
	コーンフレーク	コーンフレーク	
	フルーツ	バナナ	
	ふりかけ・味付け海苔	ふりかけ	味付けのり
	牛乳、珈琲、麦茶	牛乳	麦茶
		コーヒー	
		栄養価小計	
	昼	ご飯、おかゆ	精白米
さつまいもご飯		さつまいもダイス(冷)	塩・ごま
白菜スープ		白菜(冷)	ネギ
豚肉と大根のこっくり煮		豚こま ネギ	大根 人参(冷)
ししゃもフライ		ししゃもフライ	サラダ油
淡路の玉ねぎステーキ		玉ねぎ	焼肉のたれ
ブロッコリーのかき玉あん		ブロッコリー(冷)	鶏卵 (MS)
生野菜		キャベツ千切り	人参(生)
ポテトサラダ		じゃがいもダイス きゅうり	人参(冷)
フルーツ		オレンジ	
ふりかけ		ふりかけ	
牛乳、珈琲、麦茶		牛乳	コーヒー
		麦茶	
	栄養価小計		
夕	ご飯、おかゆ	精白米	
	ミートソーススパゲティ	豚ミンチ ダイス玉ねぎ スパゲティ (乾)	まめプラス ダイス人参
	和風ハンバーグ	ハンバーグ	ネギ
	白身魚フライ	白身魚フライ	サラダ油
	いんげんとハムのソテー	インゲン(冷) 人参(冷)	玉ねぎ カットハム
	じゃがバター	じゃがいも乱切り	
	生野菜	キャベツ千切り レタス	人参(生)
	ツナサラダ	シーチキン 人参(冷)	キャベツ角切り きゅうり
	プリン	プリン	
	ふりかけ	ふりかけ	
	牛乳、珈琲、麦茶	牛乳	コーヒー
		麦茶	
		栄養価小計	
	栄養価合計		

	献立名	食品名	備考	
朝	ご飯、おかゆ	精白米		
	味噌汁	白菜(冷) ネギ	乾燥わかめ 味噌・ダシ	
	オムレツ	プレーンオムレツ		
	肉団子の和風煮	鶏肉団子(味無し) ネギ	ダシ・醤油・砂糖・サラダ油	
	れんこんの味噌和え	れんこん(水煮) 人参(冷)	田楽味噌・砂糖・醤油・七味 ごま・ごま油・サラダ油	
	生野菜	キャベツ千切り ブロッコリー(冷)	人参(生) ミニトマト	
	コーンフレーク フルーツ ふりかけ・味付け海苔 牛乳、珈琲、麦茶	コーンフレーク バナナ ふりかけ 牛乳 コーヒー	味付けのり 麦茶	
	栄養価小計			
	昼	ご飯、おかゆ	精白米	
		チキンカレー	鶏こま 人参(冷)	玉ねぎ バーモント・中濃ソース・醤油 ウスターソース・カレー粉 福神漬け・サラダ油
		トマトコロケ	トマトコロケ	サラダ油
		さわらのバター風味焼き	さわら	バターオイル・塩・こしょう・パセリ
		オニオンリングフライ	オニオンリング	サラダ油
カリフラワーのコンソメ煮		カリフラワー(冷) スイートエンドウ(冷)	人参(冷) コンソメ・塩コショウ・サラダ油	
生野菜		キャベツ千切り	きゅうり	
里芋サラダ		さといも乱切り ネギ	人参(冷) マヨネーズ・醤油・かつお	
フルーツ ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		オレンジ ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
栄養価小計				
夕		ご飯、おかゆ	精白米	
		そばろ丼	鶏ミンチ たまごそばろ	まめブラス 葉大根 醤油・砂糖・ダシ・生姜・サラダ油 紅しょうが
		すまし汁	大根(冷) ネギ	乾燥わかめ 白だし
	豚肉とキャベツの味噌炒め	豚こま 玉ねぎ にんにくの芽	キャベツ角切り 人参(冷) 田楽味噌・塩コショウ・ニンニク 唐辛子・ごま油・サラダ油	
	秋刀魚の塩焼きおろしポン酢	さんま	大根おろし 塩・ポン酢	
	お野菜とハムの焼きビーフン	ビーフン 人参(冷)	キャベツ角切り カットハム めんつゆ・塩コショウ ごま油・サラダ油	
	青のりポテト	皮付きポテト	サラダ油 塩・青のり	
	生野菜	キャベツ千切り レタス	人参(生)	
	中華風豆腐サラダ	木綿豆腐	ネギ チョレギドレッシング	
	ゼリー(ぶどう・りんご) ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	ゼリー(ぶどう・りんご) ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
	栄養価小計			
	栄養価合計			

	献立名	食品名	備考
朝	ご飯、おかゆ	精白米	
	味噌汁	玉ねぎ ネギ	乾燥わかめ 味噌・ダシ
	スクランブルエッグ	鶏卵 (MS)	玉ねぎ
	ポイルウィンナー	ウィンナー	
	ほうれん草とコーンのソテー	ほうれん草(冷) 人参(冷)	コーン(冷)
	生野菜	キャベツ千切り きゅうり	人参(生) ブロッコリー(冷)
	コーンフレーク フルーツ	コーンフレーク バナナ	
	ふりかけ・味付け海苔 牛乳、珈琲、麦茶	ふりかけ 牛乳 コーヒー	味付けのり 麦茶
	栄 養 価 小 計		
	ご飯、おかゆ	精白米	
	豚汁うどん	うどん (冷) 刻みあげ 豚こま	豚汁用ミックス ネギ
	メンチカツ	メンチカツ	サラダ油
	小あじのレモン南蛮	豆アジ唐揚げ 人参(生) レモン	玉ねぎ 貝割れ サラダ油
	淡路の玉ねぎステーキ	玉ねぎ	
茄子とひき肉の田楽風	なす (冷) ネギ	豚ミンチ	
生野菜	キャベツ千切り	人参(生)	
かぼちゃサラダ	かぼちゃ (冷) きゅうり	人参(冷)	
フルーツ ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	グレープフルーツ ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
栄 養 価 小 計			
ご飯、おかゆ	精白米		
ハムとコーンのクリームシチュー	玉ねぎ コーン(冷)	人参(冷) カットハム	
若鶏のから揚げ	若鶏から揚げ	サラダ油	
さばの塩麹焼き	さば		
がんもの煮物	がんもどき 絹さや(冷)	人参(冷)	
たらこポテト	じゃがいも乱切り		
生野菜	キャベツ千切り レタス	人参(生)	
いんげんのおかかマヨサラダ	インゲン(冷)	人参(冷)	
プリン ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	プリン ふりかけ 牛乳 麦茶	コーヒー	
栄 養 価 小 計			
栄 養 価 合 計			