

	献立名	食品名	備考
朝	ご飯	精白米	
	味噌汁	玉ねぎ 乾燥わかめ	味噌・ダシ
	オムレツ	プレーンオムレツ	ケチャップ
	ミートボール	肉団子甘酢	
	フルーツ	オレンジ バナナ	
	ヨーグルト	淡路島ヨーグルト	
	ふりかけ(かつお)	ふりかけ	
	牛乳, 珈琲, 麦茶	牛乳 麦茶	
	コーヒー		
	栄養価小計		
昼	ご飯	精白米	
	中華スープ	もやし ネギ	中華だし・ごま油
	豚肉とキャベツのうま味噌炒め	豚バラスライス3mm キャベツ角切り 玉ねぎ	味噌だれ・片栗粉 サラダ油
	生野菜	キャベツ千切り 人参(生)	焙煎ごまドレッシング
	コンソメポテト	皮付きポテト	コンソメ
	マカロニサラダ	マカロニサラダ	
	ゼリー	ゼリー(ブドウ・リンゴ)	
	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	精白米	
	淡路の玉ねぎラーメン	中華麺(冷) 豚こま 玉ねぎ コーン(冷)	味噌ラーメンスープ
	ハムカツ	ハムカツ サラダ油	中濃ソース
	チーズじゃがもち	チーズじゃがもち サラダ油	
	生野菜	キャベツ千切り 人参(生)	青じそドレッシング
	タラモサラダ	じゃがいもダイス 人参(冷) きゅうり	明太子ドレッシング
	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	精白米		
	味噌汁	キャベツ角切り 乾燥わかめ	味噌・ダシ	
	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ 玉ねぎ	ケチャップ	
	ウインナー	ウインナー		
	フルーツ	オレンジ バナナ		
	ヨーグルト	淡路島ヨーグルト		
	ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	ふりかけ 牛乳 麦茶 コーヒー		
	栄養価小計			
	昼	ご飯	精白米	
		コーンスープ	コーンスープ	牛乳
ハンバーグ		ハンバーグ(セ)	ケチャップ	
生野菜		キャベツ千切り 人参(生)	焙煎ごまドレッシング	
こんにゃくの甘辛煮		ねじりこんにゃく	醤油・ダシ・砂糖	
ブロッコリーのゆず味噌和え		ブロッコリー(冷) 玉ねぎ 人参(冷)	ゆず味噌ドレッシング	
ゼリー ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		ゼリー(ブドウ・リンゴ) ふりかけ 牛乳 コーヒー 麦茶		
栄養価小計				
夕		ご飯	精白米	
		チキンカレー	鶏こま 玉ねぎ 人参(冷)	カレールウ サラダ油
	大判からあげ	大判からあげ サラダ油		
	生野菜	キャベツ千切り 人参(生)	青じそドレッシング	
	ほうれん草とベーコンのソテー	ほうれん草とベーコンのソテー コーン(冷)		
	かぼちゃサラダ	かぼちゃ(冷) 人参(冷) きゅうり	マヨネーズ	
	プリン ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	プリン ふりかけ 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	精白米		
	味噌汁	玉ねぎ 乾燥わかめ	味噌・ダシ	
	オムレツ	プレーンオムレツ	ケチャップ	
	さばの塩焼き	さば		
	フルーツ	オレンジ バナナ		
	ヨーグルト	淡路島ヨーグルト		
	ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	ふりかけ 牛乳 麦茶 コーヒー		
	栄養価小計			
	昼	ご飯	精白米	
		かきたまスープ	鶏卵 (MS) ネギ	白だし・片栗粉
豚肉の生姜焼き		豚バラスライス3mm 玉ねぎ	生姜焼きのたれ・片栗粉・サラダ油	
生野菜		キャベツ千切り 人参(生)	焙煎ごまドレッシング	
やみつきキャベツ		キャベツ角切り 人参(冷) きゅうり	中華だし・ごま油 にんにく	
ポテトサラダ		ポテトサラダ		
ゼリー ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		ゼリー (ブドウ・リンゴ) ふりかけ 牛乳 麦茶 コーヒー		
栄養価小計				
夕		ご飯	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	味噌・だし
	メンチカツ	メンチカツ140g サラダ油	中濃ソース	
	生野菜	キャベツ千切り 人参(生)	青じそドレッシング	
	オクラのごま和え	オクラ 人参(冷)	ごまドレッシング	
	さつまいもサラダ	さつまいもダイス(冷) 人参(冷) きゅうり	マヨネーズ	
	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	精白米		
	味噌汁	キャベツ角切り 乾燥わかめ	味噌・ダシ	
	スクランブルエッグ	スクランブルエッグ 玉ねぎ	ケチャップ	
	ウインナー	ウインナー		
	フルーツ	オレンジ バナナ		
	ヨーグルト	淡路島ヨーグルト		
	ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	ふりかけ 牛乳 麦茶 コーヒー		
	栄養価小計			
	昼	ご飯	精白米	
		オニオンスープ	玉ねぎ	コンソメ
油淋鶏		若鶏から揚げ サラダ油	油淋鶏ソース	
生野菜		キャベツ千切り 人参(生)	焙煎ごまドレッシング	
さつまいものレモン煮		さつまいもレモン煮		
切り干し大根のツナマヨサラダ		切干大根 人参(冷) シーチキン むき枝豆	ダシ・砂糖・マヨネーズ	
ゼリー ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶		ゼリー (ﾌﾞﾄﾞｳ・ﾘﾝｺﾞ) ふりかけ 牛乳 コーヒー 麦茶		
栄養価小計				
夕		ご飯	精白米	
		クリームシチュー	玉ねぎ 人参(冷) コーン(冷) 鶏こま	シチューミックス・牛乳・コンソメ 塩コショウ・サラダ油
	えびカツ	えびカツ サラダ油	中濃ソース	
	コロッケ	コロッケ60g サラダ油	中濃ソース	
	生野菜	キャベツ千切り 人参(生)	青じそドレッシング	
	里芋のサラダ	さといも乱切り 人参(冷) きゅうり	マヨネーズ	
	プリン ふりかけ 牛乳、珈琲、麦茶	プリン ふりかけ 牛乳 コーヒー 麦茶		
	栄養価小計			
	栄養価合計			