

	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2mm 玉ねぎ キャベツ角切り	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
	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
	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
	さばの南蛮漬け	さば竜田揚げ サラダ油	南蛮漬けタレ
	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 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
コンソメポテト		皮付きポテト	コンソメ
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(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
	カレーうどん	鶏こま 玉ねぎ 人参(冷)	カレールウ・めんつゆ・片栗粉 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
	スティックハンバーグ	スティックハンバーグ	ケチャップ
	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2mm 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 コーヒー 麦茶	
栄養価小計			
夕		ご飯	精白米
	塩ラーメン	中華麺 (冷) 中華野菜ミックス 豚こま	塩ラーメンスープ
	チキン南蛮	チキン南蛮50g サラダ油	タルタルソース
	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
	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		

	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
	スクランブルエッグ	スクランブル	玉ねぎ
	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	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	
	オニオンスープ	玉ねぎ	コンソメ
	和風ハンバーグ	和風ハンバーグ	焼肉のたれ
	生野菜	キャベツ千切り	人参(生)
	こんにゃくの甘辛煮	ねじりこんにゃく	醤油・ダシ・砂糖
	ブロッコリーの明太サラダ	ブロッコリー(冷)	玉ねぎ
		人参(冷)	
	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	
	ハヤシライス	玉ねぎ	人参(冷)
		鶏こま	
	えびカツ	えびカツ	サラダ油
	コロッケ	コロッケ60g	サラダ油
	生野菜	キャベツ千切り	人参(生)
	さつまいもサラダ	さつまいもダイス(冷)	人参(冷)
		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		