2023年

3月 こんだてひょう

3/16 木	3/17 金	3/18 土	3/20 月	3/21 火	3/22 水	3/23 木	3/24 金	3/25 土	3/27 月	3/28 火	3/29 水	3/30 木	3/31 金
■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子		■ 牛乳 ■ バナナ	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ バナナ	■ 牛乳 ■ お菓子	■ 牛乳 ■ お菓子
■ フィッシュ＆ハンバーガー バターロール 合びき肉 玉ねぎ ドライパン粉 塩 白身魚フライ 揚げ油 ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊ キャベツ ケチャップ カレー粉 エッグケア ■ ポテトフライ じゃがいも サラダ油 塩 ■ コーンスープ ポタージュベース コーン 《水》 塩 パセリ ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ 肉うどん うどん 牛肩ロース 人参 たまねぎ ほうれん草 万能ねぎ しょうゆ みりん風調味料 和風だしの素 だし昆布 ■ さつまいもとしらすのかき揚げ さつまいも しらす干し たまねぎ 人参 みつば ごぼう 塩 天ぷら粉 揚げ油 ■ フルーツ(りんご) りんご	■ チキンピラフ 米 鶏もも たまねぎ ピーマン 人参 コーン コンソメ 塩 ■ いんげんの胡麻和え いんげん 人参 焼ちくわ ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊ 濃口しょうゆ 砂糖 すりごま ■ キャベツとコーンのスープ キャベツ コーン 人参 コンソメ 塩 うすくち醤油 ■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ チキンカレーライス 米 鶏もも じゃがいも たまねぎ 人参 バーモントカレー ウスターソース ■ キャベツとパプリカのサラダ キャベツ 人参 赤ピーマン うすくち醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ		■ ご飯 米 ■ ハンバーグ 合びき肉 たまねぎ 人参 パン粉 豆乳 （ソース） ケチャップ 中濃ソース ■ ジャーマンポテト じゃがいも たまねぎ ウインナー パセリ 塩 コンソメ ■ ブロッコリーのスープ ブロッコリー 人参 たまねぎ コンソメ 塩 うすくち醤油 パセリ	■ 中華丼 米 《水》 ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊ 豚肩ロース チンゲン菜 白菜 たまねぎ もやし 人参 干しいたけ 万能ねぎ 塩 うすくち醤油 ごま油 鶏がらスープの素 片栗粉 ■ きゅうりと大根の酢の物 きゅうり 大根 鶏ささ身 すりごま うすくち醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 ■ ほうれん草の味噌汁 ほうれん草 えのきたけ みそ 和風だしの素 ■ フルーツ(りんご) りんご	■ ミートソーススパゲティ スパゲティ ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊ 合びき肉 たまねぎ マッシュルーム 人参 ホールトマト サラダ油 ケチャップ コンソメ マーガリン ■ ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 人参 糸かつお 濃口しょうゆ 砂糖 ■ しめじのスープ しめじ たまねぎ コンソメ 塩 うすくち醤油 パセリ ■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ ご飯 米 ■ 豚肉とたまねぎのカレー炒め 豚肩ロース じゃがいも たまねぎ 人参 ピーマン 濃口しょうゆ みりん風調味料 カレー粉 砂糖 ■ 根菜のみそマヨ和え 大根 ブロッコリー 人参 エッグケア 西京みそ 砂糖 白ごま ■ わかめのすまし汁 カットわかめ 油揚げ 万能ねぎ 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	■ ご飯 米 ■ タコキャベツフライ タコキャベツフライ ＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊ 中濃ソース 糸かつお あおのり ■ 炒り豆腐 木綿豆腐 焼ちくわ たまねぎ 干しいたけ 人参 グリンピース サラダ油 しょうゆ 砂糖 和風だしの素 ■ ほうれん草の味噌汁 ほうれん草 油揚げ えのきたけ みそ 和風だしの素 ■ フルーツ(オレンジ) オレンジ	■ ご飯 米 ■ 麻婆春雨 はるさめ 豚ひき肉 たまねぎ ピーマン 人参 おろし生姜 ケチャップ しょうゆ みそ ごま油 ■ チンゲン菜のナムル チンゲン菜 もやし 人参 白ごま ごま油 しょうゆ ■ わかめの中華スープ カットわかめ コーン たまねぎ 万能ねぎ うすくち醤油 鶏がらスープの素 塩	■ ご飯 米 ■ 白身魚の揚げ辺揚げ たら 塩 天ぷら粉 あおのり サラダ油 ■ かぼちゃの煮付け 南瓜 いんげん 砂糖 しょうゆ ■ 白菜のすまし汁 白菜 油揚げ 万能ねぎ 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素	■ ご飯 米 ■ 鶏肉の甘辛炒め 鶏もも たまねぎ 人参 しめじ いんげん 砂糖 濃口しょうゆ 料理酒 ■ ほうれん草のお浸し ほうれん草 人参 うすくち醤油 砂糖 すりごま ■ 豆腐の味噌汁 木綿豆腐 万能ねぎ カットわかめ みそ 和風だしの素 ■ フルーツ(バナナ) バナナ	■ 栄養ラーメン ラーメン 豚肩ロース 焼ちくわ ほうれん草 人参 もやし 干しいたけ 塩 濃口しょうゆ 鶏がらスープの素 ごま油 ■ ちくわと大根の煮物 焼ちくわ 大根 人参 キヌサヤ 砂糖 みりん風調味料 うすくち醤油 和風だしの素 ■ フルーツ(りんご) りんご
■ 牛乳 牛乳 ■ ケーキ ケーキ	■ お茶 麦茶 ■ おかかおにぎり 米 糸かつお 濃口しょうゆ	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ 麩のラスク 小町麩 マーガリン 砂糖		■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ 人参ケーキ ホットケーキミックス 人参 牛乳 砂糖 エッグケア	■ お茶 麦茶 ■ 鮭のおにぎり 米 さけ 白ごま 濃口しょうゆ	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ チヂミ 小麦粉 片栗粉 人参 にら 濃口しょうゆ 砂糖 ごま油 酢	■ 牛乳 牛乳 ■ フルーツサンド 食パン みかん缶 黄桃缶 生クリーム	■ 牛乳 牛乳 ■ お菓子 ソフトサラダせんべい ビスケット ハード	■ 牛乳 牛乳 ■ じゃがいものチーズおやき じゃがいも ピザ用チーズ 片栗粉 しょうゆ 砂糖 パセリ	■ お茶 麦茶 ■ ツナと小松菜のおにぎり 米 まぐろ油漬 小松菜 うすくち醤油

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。