平成 30 年 11 月のこんだて

	月/12. 26		火/13. 27		水/14. 28		木/1. 15. 29		金/2. 16. 30		土/17	
第1週・第3週・第5週	米飯	麦ご飯	米飯	雑穀ご飯	米飯	白ご飯	米飯	麦ご飯	米飯	パン	米飯	うどん玉
	おやつ	煎餅、プルーン、牛乳	おやつ	ヨーグルト、ビスコ、牛乳	おやつ	スイートポテト、牛乳	おやつ	コーンフレーク、牛乳	おやつ	おにぎり、お茶	おやつ	お菓子、牛乳
	煮浸し・味噌汁 さんまの蒲焼き・もち米団子	さんまの蒲焼 もち米団子 小松菜、油揚げ 人参、だし、砂糖 醤油 さつま芋、竹輪、葱 人参、だし、味噌	ひじき餃子・豆腐の味噌汁 豚大根・ソテー	豚肉、大根、人参 だし、砂糖、醤油 絹さや 水菜、平天、人参 だし、砂糖、醤油 油 ひじき餃子、油 豆腐、わかめ、玉葱 だし、味噌	春雨サラダ・バナナ カレーライス	牛肉、じゃがいも 人参、玉葱、油 カレールウ 春雨、かにカマ 胡瓜、 ノンエッグマヨ バナナ	和え物・卯の花・煮麺 人鰯の参柚子ご味噌飯	人参、菜飯、ゴマ 鰯の柚子味噌煮 三度豆、卵、醤油 しめじ おから、油揚げ 人参、さつま芋 蒟蒻、だし、砂糖 醤油 素麺、貝割れ、蒲鉾 だし、醤油	ソテー・コンソメスープ サンドイッチ	食パン、胡瓜、ツナ缶 ノンエッグマヨ コロッケ・茄子味噌煮 コロッケ、油 鶏ミンチ、人参、油 茄子、味噌、砂糖 醤油 アスパラ、コンソメ 油 玉葱、人参、パセリ ウインナー、醤油 コンソメ	酢の物・うチーズ たぬき	油揚げ、だし、葱 砂糖、醤油、生姜 玉葱、片栗粉 もやし、人参、砂糖 切干大根、酢 キャベツ、花かつお チーズ
	月/5. 19		火/6. 20		水/7. 21		木/8. 22		金/9		土/10. 24	
第2週・第4週	米飯	麦ご飯	米飯	白ご飯	米飯	白ご飯	米飯	雑穀ご飯	米飯	麦ご飯	米飯	スパゲティ
	おやつ	ヨーグルト、クラッカー、牛乳	おやつ	煎餅、いりこ、牛乳	おやつ	ドーナツ、牛乳	おやつ	フルーツゼリー、牛乳	おやつ	コーンマヨトースト、牛乳	おやつ	お菓子、牛乳
	和え物・味噌汁 筑前煮、五目揚げ豆腐	鶏肉、牛蒡、人参 蒟蒻、レンコン、 絹さや、砂糖、醤油 だし 五目揚げ豆腐、油 ほうれん草、醤油 しらす干し じゃがいも、玉葱 わかめ、だし 味噌	ソテー・わかめスープ 栗鯵フライ・煮物 ご飯	栗、もち米、ごま 鯵フライ、油 ベーコン、醤油 コンソメ、ピーマン カリフラワー キャベツ、玉葱 ウインナー、コンソメ 油 わかめ、ビーフン ごま、中華味、醤油	サラダ・味噌汁 親子丼	鶏肉、卵、玉葱 人参、だし、砂糖 醤油、片栗粉 グリンピース ツナ、コーン レンコン、ひじき キャベツ、三度豆 ノンエッグマヨ 小松菜、じゃがいも だし、味噌	炒り煮・すまし汁 肉じゃが・高野フライ	豚肉、じゃがいも 玉葱、人参、だし 砂糖、醤油 グリンピース 高野豆腐フライ 油 青梗菜、干し海老 油、醤油 麸、かにカマ だし、醤油、葱	和え物・中華スープ カレー煮・あらめ煮	鯖のカレー煮 あらめ、三度豆 人参、大豆、砂糖 だし、醤油、油揚げ ブロッコリー、醤油 ごま 卵、えのき、醤油 絹さや、中華味	スープ・チーズ ミートスパゲティ	牛ミンチ、玉葱 人参、コンソメ グリンピース ホールトマト トマトケチャップ キャベツ、コーン 切干大根、コンソメ 醤油 チーズ

□材料の都合により献立の変更があります。