



こんだて

ブログでも
確認してね！



曜日	日付	昼食	材料名	おやつ	材料名
月	26	豚肉もやし炒め ブロッコリーサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・もやし・エリンギ・長葱 ブロッコリー・きゅうり・竹輪・白ごま・青のり 豆腐・いんげん豆・味噌・鰹節・煮干し	スウィートポテト 牛乳	さつまいも・砂糖・牛乳 バター・生クリーム
火	13 27	白身魚フライタルソースがけ 千切りサラダ 味噌汁 ごはん	スズキ・小麦粉・玉子・パン粉・ピクルス・マヨネーズ・玉葱 キャベツ・きゅうり・コーン・青のり・ごま油・岩塩 ワカメ・しめじ・味噌・鰹節・煮干し	丸ボーロ 牛乳	薄力粉・玉子・砂糖・重曹
水	14 28	スキャロップポテト 鶏ハムサラダ 味噌汁 ごはん	じゃがいも・玉ねぎ・ベーコン・牛乳・しめじ・パセリ 鶏肉・キャベツ・レタス・きゅうり・マヨネーズ・チーズ ほうれん草・長葱・味噌・鰹節・煮干し	鯛焼き 牛乳	小麦粉・玉子・砂糖・ 小豆餡・牛乳・重曹
木	1 29	ひじき五目炒め マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	ひじき・人参・豚肉・しいたけ・油揚げ・ごま・大根 きゅうり・マカロニ・竹輪・コーン・青のり・マヨネーズ 榎茸・ワカメ・味噌・鰹節・煮干し	玉ねぎおやき 牛乳	玉葱・ごはん・醤油
	15	パースデー唐揚げ ポテトサラダ 味噌汁 ごはん	鶏肉・生姜・にんにく・小麦粉・片栗粉 じゃがいも・きゅうり・コーン・かに蒲鉾・青のり・マヨネーズ 長葱・舞茸・味噌・鰹節・煮干し	BDパンケーキタワー 牛乳	小麦粉・玉子・牛乳・砂糖 サラダ油・バター・重曹
金	2 16	ビーフシチュー もやしナムル 味噌汁 ごはん	牛肉・人参・玉葱・じゃがいも もやし・きゅうり・かに蒲鉾・ごま油 茄子・油揚げ・味噌・鰹節・煮干し	お好み焼き 牛乳	キャベツ・薄力粉・玉子・小エビ 鰹節・青のり・マヨネーズ
	30	ハロウィンクロック 春雨サラダ 味噌汁 ごはん	かぼちゃ・牛豚挽肉・人参・小麦粉・玉子・パン粉 春雨・きゅうり・コーン・かに蒲鉾・青のり・岩塩・ごま油 小松菜・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	おばけのカボチャケーキ 牛乳	カボチャ・小麦粉・砂糖 生クリーム・バニラエッセンス 玉子・チョコレート・マシュマロ
土	3 17	鉄板焼き餃子 ほうれん草ごま和え 中華スープ ごはん	牛豚挽肉・キャベツ・ニラ・餃子皮 ほうれん草・白ごま・もやし・竹輪・コーン 春雨・長葱・榎茸	五平餅 牛乳	ごはん・味噌・胡麻・醤油 砂糖・みりん
	31	広東風春巻き ツナサラダ 味噌汁 ごはん	春雨・にんじん・豚肉・椎茸・筍・春巻き皮 キャベツ・レタス・シーチキン・コーン・マヨネーズ・青のり 舞茸・長葱・味噌・鰹節・煮干し	クッキー 牛乳	小麦粉・バター・砂糖 玉子・バニラエッセンス
月	5 19	宜賓風麻婆豆腐 アスパラベーコンのバター炒め 味噌汁 ごはん	豆腐・牛豚挽肉・長ネギ・玉葱・生姜・片栗粉 アスパラガス・ベーコン・榎茸・バター 焼き麩・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	フライドポテト 牛乳	じゃがいも・食塩 片栗粉
火	6 20	鮭のマヨコーン焼き コロコロきゅうりサラダ 味噌汁 ごはん	鮭・コーン・粉チーズ・マヨネーズ・パセリ きゅうり・コーン・かに蒲鉾・ごま・マヨネーズ 豆腐・いんげん豆・味噌・鰹節・煮干し	牛乳寒天 牛乳	牛乳・砂糖・寒天 みかん
水	7	ポテトグラタン ブロッコリーサラダ 味噌汁 ごはん	じゃがいも・玉葱・ベーコン・薄力粉・牛乳・チーズ・パセリ ブロッコリー・きゅうり・竹輪・白ごま・青のり 焼き麩・榎茸・味噌・鰹節・煮干し	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ・きな粉 砂糖
	21	パースデーハンバーグ 大根サラダ 中華スープ ごはん	牛豚挽肉・玉葱・パン粉・牛乳・玉子 大根・きゅうり・竹輪・青のり・マヨネーズ 春雨・長葱・榎茸	BDアメリカンドッグ 牛乳	ウィンナー・小麦粉・玉子 砂糖・牛乳・ベーキングパウダー
木	8 22	五目きんぴら マカロニサラダ 味噌汁 ごはん	ごぼう・人参・豚肉・しいたけ・こんにゃく・白ごま きゅうり・マカロニ・竹輪・コーン・青のり・マヨネーズ 豆腐・ワカメ・味噌・鰹節・煮干し	いちごジャムサンド 牛乳	食パン・バター いちごジャム
金	9 23	パースデーカレーライス 磯サラダ フルーツヨーグルト	豚肉・にんじん・玉葱・じゃがいも・ごはん ワカメ・焼きのり・もやし・竹輪・ごま油 バナナ・ヨーグルト	BDパウンドケーキ 牛乳	バター・砂糖・小麦粉 玉子・バニラエッセンス
土	10 24	陳健民的回鍋肉 ポテトサラダ 味噌汁 ごはん	豚肉・キャベツ・にんじん・玉葱・しめじ・きくらげ じゃがいも・きゅうり・コーン・かに蒲鉾・青のり・マヨネーズ 焼き麩・小松菜・味噌・鰹節・煮干し	焼きいも 牛乳	さつまいも

★行事、その他都合により変更することがございます。