

9日(水)	10日(木)	11日(金)	15日(火)	16日(水)	17日(木)
牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳	牛乳 ★牛乳
ごはん	ごはん	紫いもパン	あなごちらし	ごはん	ごはん
はいが精米	はいが精米	△紫いもパン	はいが精米	はいが精米	はいが精米
とりのおろしあんかけ	じぶ煮	大豆とまいたけの クリームシチュー	酒 出汁昆布 酒酢 さとう 塩 高野豆腐 にんじん たけのこ缶 干し椎茸 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん ちりめんじゃこ 酒酢 あなご(蒸し) かつお昆布だし こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん ●たまご 塩 さとう グリーンピース もみのり	いわしの なんばんづけ	筑前煮
とりモモ肉 うすくちしょうゆ さとう 塩 かたくり粉 米揚げ油 だいこん うすくちしょうゆ 酒 みりん 塩 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 かたくり粉	とりモモ肉 塩 かたくり粉 だいこん さといも あつあげ しめじ こまつな かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん かたくり粉 粉わさび	とりモモ肉 じゃがいも 玉葱 にんじん まいたけ 大豆水煮 米油 コーンスターチ ★バター ★牛乳 白ワイン 鳥がらだし とりガラ 塩 こしょう パセリ	はいが精米 酒 出汁昆布 酒酢 さとう 塩 高野豆腐 にんじん たけのこ缶 干し椎茸 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ さとう 酒 みりん ちりめんじゃこ 酒酢 あなご(蒸し) かつお昆布だし こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん ●たまご 塩 さとう グリーンピース もみのり	いわし 米粉 かたくり粉 米揚げ油 玉葱 にんじん セロリー ピーマン 七味とうがらし 米油 こいくちしょうゆ 酒酢 さとう 酒	とりモモ肉 ごぼう れんこん たけのこ缶 にんじん さといも 生しいたけ あつあげ 板こんにゃく さんどまめ 米油 かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ さとう 酒 みりん
こまつなと あげのおひたし		和風サラダ		どさんこ汁	
こまつな うす揚げ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 こいくちしょうゆ みりん	ふのごま和え	系かまぼこ キャベツ にんじん わかめ 白ごま こいくちしょうゆ 酒酢 みりん 米油	ほうれん草のごま和え	豚モモ肉 だいこん にんじん 玉葱 じゃがいも わかめ とうふ ホールコーン 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 みそ ★バター	昆布和え
たまごどうふとわかめ のお吸い物	みかん		ゆばのすまし汁		
●たまご かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 塩 みりん わかめ だいこん かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ 塩	みかん		だいこん 湯葉 わかめ 青ねぎ かつお昆布だし 出汁昆布 削り節 うすくちしょうゆ 塩 酒 みりん		
876kcal	822kcal	822kcal	726kcal	789kcal	725kcal