10月 1・5・9・13・17・21・25・29

11月 2・6・10・14・18・22・26・30

12月 4・8・12・16・20・24・28

献立表　No.1

2022/12/1　改訂

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
朝食	ご飯																												
	食パン	●		●					●																				
	コンソメスープ																												
	玉ねぎ																												
	人参																												
	コンソメ	●		●					●				●																
	オムレツ																												
	オムレツ	●	●	●			▲	▲	●	▲	▲	▲	▲									▲		▲					▲
	ウインナー																												
	ポークウインナー			●							●	●																	
	マカロニサラダ	●	●	●					●																				

嗜好品	ジャム																												
	マーガリン			●					●																				
	納豆	●							●																				
	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			
ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												

10月 1・5・9・13・17・21・25・29

11月 2・6・10・14・18・22・26・30

12月 4・8・12・16・20・24・28

献立表　No.1

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
昼食	ご飯																												
	コンソメスープ																												
	玉ねぎ																												
	人参																												
	コンソメ	●		●					●				●																
	メンチカツ	●		●					●		●	●	●																
	サラダ油								●																				
	千切りキャベツ																												
	ポークカレー																												
	豚肉											●																	
	人参																												
	玉ねぎ																												
	乱切りポテト																												
	カレーフレークハッピー	●							▲			▲	▲																
	こくまろカレー	●							●																				

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 1・5・9・13・17・21・25・29

11月 2・6・10・14・18・22・26・30

12月 4・8・12・16・20・24・28

献立表　No.1

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
夕食	**ご飯**																												
	キャベツと人参のスープ																												
	キャベツ																												
	人参																												
	中華がらだしの素								●			●	●																●
	塩コショー																												
	コンソメ	●		●					●				●																
	油淋鶏																												
	鶏肉（もも肉）												●																
	片栗粉								▲																				
	油淋鶏ソース	●							●	●												●							
	おろししょうが																												
	新基本のから揚げだれ	●							●				●						●			●							
	お肉ジューシー調味料		●																										
	長ネギ																												
	サラダ油								●																				
	ごま油								●	●																			
	焼き餃子	●	▲	▲			▲	▲	●	●		●	●																
	青梗菜ともやし																												
	青梗菜																												
	もやし								●																				
	三色ピーマン																												
	千切りキャベツ																												

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 2・6・10・14・18・22・26・30

11月 3・7・11・15・19・23・27

12月 1・5・9・13・17・21・25・29

献立表　No.2

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
朝食	**ご飯**																												
	食パン	●		●					●																				
	大根と油揚げの味噌汁																												
	大根																												
	刻み油揚げ								●																				
	和風だし																												
	味噌								●																				
	コロッケ																												
	サラダ油								●																				
	野菜コロッケ	●	●																										
	厚焼き卵	●	●						●																				
	スパゲッティサラダ	●	●	●					●																				

嗜好品	ジャム																												
	マーガリン			●					●																				
	納豆	●							●																				
	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			
ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												

10月 2・6・10・14・18・22・26・30

11月 3・7・11・15・19・23・27

12月 1・5・9・13・17・21・25・29

献立表　No.2

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
昼食	**ご飯**																												
	すまし汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	きのこミックス																												
	白だし	●							●						●														
	しょうが焼き																												
	豚肉（ロース）											●																	
	しょうが焼きのたれ	●							●										●										
	春巻	●					●		●	●		●	●																
ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 2・6・10・14・18・22・26・30

11月 3・7・11・15・19・23・27

12月 1・5・9・13・17・21・25・29

献立表　No.2

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
夕食	**ご飯**																												
	わかめと人参の味噌汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	人参																												
	和風だし																												
	味噌								●																				
	鶏の照り焼き																												
	鶏もも肉												●																
	塩コショー																												
	お肉ジューシー調味料		●																										
	テリヤキソース	●							●																				
	ニンニクの芽ともやし炒め																												
	ニンニクの芽																												
	もやし								●																				
	人参																												
	ツナサラダ																												
	ツナ								●																				
	乱切りポテト																												
	マヨネーズ		●						●																				
	千切りキャベツ																												

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 3・7・11・15・19・23・27・31

11月 4・8・12・16・20・24・28

12月 2・6・10・14・18・22・26・30

献立表　No.3

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
朝食	ご飯																												
	食パン	●		●					●																				
	わかめと玉ねぎの味噌汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	玉ねぎ																												
	和風だし																												
	味噌								●																				
	ポテトサラダ	●	●	●					●																				
	タラの塩焼き																												
	タラ																												
	ひじきの煮付け																												
	人参																												
	和風だし																												
	刻み油揚げ								●																				
	上白糖																												
	みりん																												
	濃口醤油	●							●																				

嗜好品	ジャム																												
	マーガリン			●					●																				
	納豆	●							●																				
	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			
ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												

10月 3・7・11・15・19・23・27・31

11月 4・8・12・16・20・24・28

12月 2・6・10・14・18・22・26・30

献立表　No.3

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
昼食	ご飯																												
	わかめと油揚げの味噌汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	刻み油揚げ								●																				
	和風だし																												
	味噌								●																				
	チキンカツマスタードソース																												
	チキンカツ	●	●	●					●				●																
	トンカツソース																					●							
	デミグラスソース	●		●					●		●	●	●																●
	粒入りマスタード								●													●							
	サラダ油								●																				
	人参のナムル																												
	人参																												
	ごま油									●																			
	醤油	●							●																				
	砂糖																												
	酢	●																											

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 3・7・11・15・19・23・27・31

11月 4・8・12・16・20・24・28

12月 2・6・10・14・18・22・26・30

献立表　No.3

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
夕食	ご飯																												
	コンソメスープ																												
	玉ねぎ																												
	人参																												
	コンソメ	●		●					●				●																
	ハンバーグステーキおろしソース																												
	ハンバーグ	●		●					●		●	●	●																
	大根おろし																												
	醤油	●							●																				
	みりん																												
	酒																												
	酢	●																											
	ベーコンフライ	●	●	●					●			●										●							
	フライドポテト（ガーリック風味）																												
	フレンチポテト	●																											
	サラダ油								●																				
	塩																												
	ガーリックパウダー																												
	千切りキャベツ																												

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 4・8・12・16・20・24・28

11月 1・5・9・13・17・21・25・29

12月 3・7・11・15・19・23・27・31

献立表　No.4

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
朝食	**ご飯**																												
	食パン	●		●					●																				
	キャベツと油揚げの味噌汁																												
	キャベツ																												
	刻み油揚げ								●																				
	和風だし																												
	味噌								●																				
	焼売	●	▲	●			▲	▲	●	▲		●	●																▲
	菜の花ともやしのごま和え																												
	菜の花																												
	もやし								●																				
	ごま和えの素	●							●	●																			
	白身フライ																												
	白身フライ	●	▲				▲		●																		▲		
	サラダ油								●																				

嗜好品	ジャム																												
	マーガリン			●					●																				
	納豆	●							●																				
	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			
ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												

10月 4・8・12・16・20・24・28

11月 1・5・9・13・17・21・25・29

12月 3・7・11・15・19・23・27・31

献立表　No.4

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
昼食	ご飯																												
	すまし汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	おつゆ麸	●																											
	白だし	●							●						●														
	鶏ももの味噌焼き																												
	鶏もも肉												●																
	砂糖																												
	おろししょうが																												
	お肉ジューシー調味料		●																										
	白みそ								●																				
	酒																												
	みりん																												
	千切りキャベツ																												
	ブロッコリーのおかか和え																												
	ブロッコリー																												
	そばつゆ	●							●						●														
	かつお節																												

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			

10月 4・8・12・16・20・24・28

11月 1・5・9・13・17・21・25・29

12月 3・7・11・15・19・23・27・31

献立表　No.4

※▲はコンタミネーション

	メニュー名	小麦	卵	乳	そば	落花生	エビ	カニ	大豆	ごま	牛肉	豚肉	鶏肉	さけ	さば	くるみ	アーモンド	カシューナッツ	オレンジ	バナナ	桃	りんご	キウイフルーツ	やまいも	まつたけ	あわび	いか	いくら	ゼラチン
夕食	ご飯																												
	わかめと椎茸の味噌汁																												
	わかめ						▲	▲																					
	干ししいたけ																												
	和風だし																												
	味噌								●																				
	トンテキ																												
	豚ロース											●																	
	しょう油	●							●																				
	料理酒																												
	ウスターソース																					●							
	みりん																												
	上白糖	●																											
	おろしにんにく																												
	ピーマンの肉詰めフライ	●	▲	▲			▲	▲	●	▲	▲	●	▲											▲			▲		
	千切りキャベツ																												
	枝豆とコーンのマヨ和え																												
	枝豆								●																				
	コーン																												
	マヨネーズ		●						●																				

ドレッシング	フレンチドレッシング		●						●																				
	香味青じそドレッシング	●							●																				
	マヨネーズ		●						●																				
	ケチャップ																												
ドリンク	オレンジジュース																		●										
	野菜ジュース																					●							
	麦茶（温）（冷）																												
	紅茶																												
	※その他ドリンクはアレルギーなし																												
フルーツ	オレンジ																		●										
	バナナ																			●									
	※グレープフルーツ・パイナップルはアレルギーなし																												
嗜好品	ふりかけ（のりたま）	●	●	●			▲	▲	●	●																			
	ふりかけ（かつお）	●							●	●																			