

献立表

2018年

10月	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29	5・10・15・20・25・30
11月	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29
12月	5・10・15・20・25・30	1・6・11・16・21・26・31	2・7・12・17・22・27	3・8・13・18・23・28	4・9・14・19・24・29
朝食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯（岡山県産米）・ロールパン・食パン・おかゆ				
汁物	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ	味噌汁 スープ
おかず	ししゃも	あじの塩焼き	さわらの塩焼き	さけの塩焼き	いなだの塩焼き
	オムレツ（和風きのこあん）	スクランブルエッグ（MIXV）	洋風オムレツ（ケボリソース）	スクランブルエッグ（オニオン&きのこ）	厚焼卵
	野菜炒め	切干し大根の煮物	ミックスベジタブルソテー	ひじき煮	切り昆布とさつま芋の煮物
	小松菜のおひたし	スパゲティーサラダ	卵の花	マカロニサラダ	いんげんの胡麻和え
デザート	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	小梅・つぼ漬け又はかっぱ漬け 納豆・ふりかけ・味付けのり・のり佃煮				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				
昼食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯（岡山県産米）・食パン				
麺類	菜めし	きのこ野菜カレー	赤かぶ青菜ごはん	ポークカレー	ゆかりごはん
汁物	うどん	豚骨ラーメン	にゅうめん	うどん	味噌ラーメン
おかず	オニオンスープ（コンソメ）	わかめスープ（コンソメ）	すまし汁	セロリスープ（コンソメ）	中華スープ
	さわらの幽庵焼き	白身魚の山賊焼き	あじの南蛮漬け	アジフライ	さんまの塩焼き
	メンチカツ	酢豚風肉団子	スパイシーチキン	ハンバーグ（BBQソース）	揚げギョーザ
	野菜と大豆ミートの中華炒め	かぼちゃコロッケ	フライドポテト	野菜コロッケ	豚肉と野菜の中華炒め
	高野豆腐の煮物	ビーフソテー	ちくわとこんにゃくの煮物	がんもの煮物	かぼちゃの中華あんかけ
	ひじきともやしのナムル	カリフラワーの甘酢和え	ごぼうサラダ	イタリアンパスタビーンズ	春雨のサラダ
デザート	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	つぼ漬け・かっぱ漬け（No.2とNO4昼食は福神漬け・らっきょ）				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				
夕食	献立No.1	献立No.2	献立No.3	献立No.4	献立No.5
主食	ご飯（岡山県産米）・食パン				
汁物	栗ご飯	さつまいもご飯	かつお飯	きのこの炊き込みご飯	とんこつご飯
おかず	すまし汁	味噌汁	味噌汁	すまし汁	コンソメスープ
	さけのチャンチャン焼き	さんまの生姜煮	いなだの照り焼き	たこキャベツカツ	あじのマヨネーズ焼き
	鶏肉の塩ダレ焼き	チキンカツ	ロールキャベツ（コンソメ）	鶏肉の山賊焼き	鶏の酢豚風
	ソース焼きうどん	ベーコンとほうれん草のペペロンチーノ	皿うどん	蒜山風焼きそば	和風きのこスパゲティー
	茄子の生姜煮	小松菜と油揚げの煮物	オニオンリングフライ	マカロニソテーカレー風味	大根と人参の甘味噌煮
	フライドポテト（コンソメ）	こふさいも	湯豆腐	揚げ茄子の味噌炒め	焼ポテト
	パンプキンサラダ	わかめと大根の中華サラダ	もやしキムチ	さつま芋サラダ	ビーンズサラダ
デザート	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜	生野菜
デザート	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ	フルーツ
嗜好品①	つぼ漬け・かっぱ漬け				
嗜好品②	マーガリン・イチゴジャム				
飲物	麦茶・紅茶・牛乳・コーヒー・オレンジ・白ブドウ・野菜ジュース				

* 米は岡山県産米を使用しています。 赤枠表示は旬の食材を使用したメニューです。 緑枠表示は前回献立から変更のメニューです。