

日	こんだて名	ざいりょう名	エネルギーたんぱく質しぼう	日	こんだて名	ざいりょう名	エネルギーたんぱく質しぼう		
木	パン コーンポタージュ フランクフルト キャベツのカレーソテー ぎゅうにゅう	さつまいも・玉ねぎ・人参 コーン・パセリ・牛乳 ポタージュの素・粉チーズ 生クリーム・塩・こしょう・クルトン フランクフルト(1コ)・菜種油 キャベツ・カレー粉・サラダ油 塩・こしょう	631	19 月	ごはん にやっこ さつまいもてんぷら こまつなのびたし ぎゅうにゅう	焼き豆腐・鶏卵・しいたけ 人参・みつ葉・削り節 酒・砂糖・醤油 さつまいも(2コ)・小麦粉 塩・菜種油 小松菜・油揚げ・削り節 砂糖・醤油	729		
			24			26			
			24			21			
金	ごはん はっほうさい あげシューマイ ひじきのいために ぎゅうにゅう	豚肉・えび・いか・しいたけ 白菜・玉ねぎ・人参・たけのこ 鶏がらスープ・醤油・でん粉 ごま油・塩・こしょう シューマイ(2コ)・小麦粉・菜種油 芽ひじき・油あげ・人参 砂糖・醤油・菜種油	670	20 火	げんりょうパン コーンラーメン ごぼうサラダ だいずのくろざとうがけ ぎゅうにゅう	中華めん・焼き豚・コーン 玉ねぎ・人参・もやし 青ねぎ・しょうが・ごま油・醤油 豚骨スープ・鶏がらスープ・塩・こしょう ちくわ・菜種油・ごぼう・ちりめんじゃこ キャベツ・きゅうり・白ごま 醤油・マヨネーズ 炒り大豆・黒砂糖・きなこ	596		
			30			27			
			21			23			
月	山形県の 郷土料理 ごはん いもに きりほしだいこんのもの パイナップル ぎゅうにゅう	牛肉・こんにやく・ごぼう しいたけ・まいたけ・しめじ 里芋・白ねぎ・人参・さいいんげん 酒・砂糖・醤油 切り干し大根・油あげ・ちくわ 人参・グリーンピース・削り節 砂糖・醤油・菜種油 パイナップル(1コ)	612	21 水	カレーライス ささみのちゅうかサラダ ふくじんづけ ぎゅうにゅう	牛肉・じゃがいも・玉ねぎ 人参・グリーンピース・コーン りんごピューレ・カレールウ トマトケチャップ・ウスターソース・醤油 鶏がらスープ・塩・こしょう・菜種油 鶏ササミ・ほうれん草・人参 もやし・米酢・サラダ油・醤油・酒 福神漬	684		
			22			27			
			15			20			
火	パン レースーフ ベーコンエッグ まめかきんどう ぎゅうにゅう	鶏肉・ABCマカロニ・キャベツ 玉ねぎ・人参・コーン・パセリ カレールウ・ウスターソース・醤油 塩・こしょう 鶏卵・ベーコン・玉ねぎ パセリ・塩・こしょう・菜種油 大豆・さつまいも・ちりめんじゃこ 白ごま・小麦粉・牛乳・砂糖・菜種油	650	22 木	こくとうパン コンソメスープ めんたいポテチース フチトマト ぎゅうにゅう	黒砂糖 鶏肉・キャベツ・セロリ・玉ねぎ 人参・パセリ・鶏がらスープ コンソメの素・塩・こしょう じゃがいも・たらこ・チーズ マヨネーズ・菜種油 フチトマト(2コ)	580		
			28			24			
			25			22			
水	ごはん ぶたじる ちくわのいそべあげ かぼちゃのあまに ぎゅうにゅう	豚肉・こんにやく・油あげ 白菜・ごぼう・人参・青ねぎ 削り節・みそ ちくわ(1/2コ)・青のり・小麦粉 塩・菜種油 かぼちゃ・砂糖・みりん 醤油・削り節	694	23 金	ごはん さつまる さばのしおやき だいこんおろし アセロラゼリー ぎゅうにゅう	さつまいも・油あげ こんにやく・ごぼう・しめじ 人参・もやし・青ねぎ 削り節・みそ さば(1コ)・塩・菜種油 大根・醤油 アセロラゼリー(1コ)	679		
			27			29			
			18			18			
木	げんりょうパン きつねうどん やさしいため ヨーグルト ぎゅうにゅう	油あげ(1コ)・醤油・砂糖 うどん・わかめ・かまぼこ 人参・青ねぎ・昆布・削り節 醤油・みりん 豚肉・キャベツ・チンゲン菜 人参・もやし・醤油・オイスターソース 塩・こしょう・菜種油 ヨーグルト(1コ)	586	26 月	ごはん けんちんじる ぎゅうにくと ごぼうのなんぼんに だいこんのハリハリづけ ぎゅうにゅう	木綿豆腐・油あげ・こんにやく チンゲン菜・里芋・人参 もやし・青ねぎ・削り節 醤油・酒 牛肉・ごぼう・菜種油・一味唐辛子 酒・みりん・砂糖・醤油・削り節 大根・しょうが・梅干し 米酢・砂糖・醤油	590		
			27			24			
			19			16			
金	お祭り特別献立 きのこごはん(げんりょう) すましじる あなごのつけやき しろうなと あつあげのたいたん ぎゅうにゅう	きのこご飯の素 焼き麩・わかめ・かまぼこ 大根・えのきたけ・人参 青ねぎ・醤油・削り節 あなご(1コ)・砂糖・酒 みりん・醤油・菜種油 大阪しる菜・厚揚げ・菜種油 砂糖・醤油	612	27 火	げんりょうパン きのこのトマトスパゲティ フルーツゼリー キャンディチース ぎゅうにゅう	スパゲティ・ベーコン・玉ねぎ マッシュルーム・しめじ・エリンギ ピーマン・パセリ・トマト水煮 にんにく・オリーブ油・砂糖 塩・こしょう・サラダ油 カットゼリー(はちみつレモン味) みかん缶・パイン缶・黄桃缶 キャンディチース(1コ)	643		
			28			23			
			15			22			
火	ハンバーガー パン ハンバーグ ポイルキャベツ ポトフ ぎゅうにゅう	ハンバーグ(1コ)・トマトケチャップ ウスターソース・砂糖・でん粉・菜種油 キャベツ・ウスターソース ソーセージ・じゃがいも・キャベツ セロリ・人参・玉ねぎ 鶏がらスープ・醤油・菜種油 塩・こしょう	599	28 水	ごはん たまごスープ トンカツ ポイルキャベツ じゃこのいりに ぎゅうにゅう	鶏卵・玉ねぎ・ほうれん草 人参・でん粉・醤油・鶏がらスープ 豚ヒレ肉(1コ)・小麦粉・パン粉 塩・こしょう・菜種油 キャベツ・ウスターソース ちりめんじゃこ・白ごま・サラダ油 砂糖・醤油・酒・みりん	657		
			25			33			
			21			18			
水	ごはん ぎゅうにくの やながわに いもたこ あべかわもち ぎゅうにゅう	牛肉・鶏卵・ごぼう・玉ねぎ 人参・青ねぎ・削り節 砂糖・みりん・醤油 里芋・たこ切身・削り節 砂糖・みりん・醤油 白玉餅(2コ)・きなこ・砂糖・塩	681	29 木	パン やさしいクリームに しょうゆマヨネーズあえ りんご ぎゅうにゅう	鶏肉・玉ねぎ・じゃがいも かぼちゃ・人参・マッシュルーム グリーンピース・小麦粉・マーガリン 牛乳・生クリーム・コンソメの素 塩・こしょう 焼き豚・春雨・人参・ほうれん草 醤油・マヨネーズ りんご(1/6コ)	650		
			30			23			
			17			26			
木	パン ポークビーンズ エスカベッシュ フチトマト マーシャルビーンズ ぎゅうにゅう	豚肉・大豆・じゃがいも・人参・玉ねぎ マッシュルーム・グリーンピース・トマト水煮 ハヤシルウ・トマトケチャップ・コンソメの素 たらこ切り・小麦粉・菜種油 玉ねぎ・人参・セロリ・ピーマン 米酢・砂糖・塩・こしょう・オリーブ油 フチトマト(2コ) マーシャルビーンズ(1コ)	688	30 金	くいごはん(げんりょう) すましじる さけのしおやき ごまあえ ぎゅうにゅう	栗煮・塩・酒 焼き麩・かまぼこ・わかめ 人参・大根・えのきたけ 青ねぎ・削り節・醤油 さけ(1コ)・塩・菜種油 ほうれん草・白菜・白ごま 砂糖・醤油	585		
			30			32			
			27			13			
金	ごはん わかめスープ ぶたキムチ みかん ぎゅうにゅう	焼き豚・わかめ・チンゲン菜 玉ねぎ・人参・もやし 鶏がらスープ・醤油 豚肉・キムチ・白菜 ニラ・にんにく・もやし しょうが・ごま油・醤油 菜種油 みかん(1コ)	587	秋の味覚を楽しもう!					
			22	くり	さつまいも	さんま	きのこ	かき	りんご
			16						