

		小2		小2		小2		小2		小2		小2		小2	
		13日		14日		15日		16日		17日		20日		21日	
		【地域食材の日献立】													
献立名	麦ご飯 牛乳 いものこ汁 <small>木の葉かまぼこのみじ揚げ</small> 大根のそぼろ煮	麦ご飯 牛乳 きのこいっぱい汁 <small>にじますのから揚げ</small> 切干大根の和え物	ソフトめん 牛乳 五目あんかけスープ <small>信州サーモンと凍り豆腐の甘辛</small> 小松菜のサラダ	麦ご飯 牛乳 厚揚げと大根のみそ汁 三色そぼろ丼の具 りんご	コッペパン 牛乳 白菜とほたてのクリーム煮 チキンのハーブ焼き 海藻サラダ	麦ご飯 牛乳 田舎汁 <small>豚肉と根菜のごまがらめ</small> 野沢菜漬け和え	麦ご飯 牛乳 麻婆大根 <small>かにしゅうまい</small> 塩ドレサラダ								
使用材料	厚けずり 玉ねぎ 人参 さといも(冷凍) 白菜 豆腐 酒 しょうゆ 塩	煮干し 人参 白菜 豆腐 しめじ えのきたけ なめこ みそ 長ねぎ	<small>チキンブイヨン(ﾄﾄﾙ)</small> 玉ねぎ 人参 たけのこ缶 白菜 <small>スライスなると巻き</small> 塩 こしょう 酒	煮干し 玉ねぎ 人参 大根 冷凍厚揚げ えのきたけ カットわかめ みそ	<small>サラダ油(ひまわり油)</small> 玉ねぎ 人参 冷凍ホールコーン 白菜 <small>ほたてが(貝柱)</small> 塩 こしょう 白ワイン ベシヤメルソース スキムミルク	煮干し 玉ねぎ 人参 えのきたけ 冷凍厚揚げ みそ 長ねぎ	<small>サラダ油(ひまわり油)</small> にんにく しょうが 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 大根 たけのこ缶 <small>チキンブイヨン(ﾄﾄﾙ)</small> 三温糖 酒 みそ しょうゆ トウバンジャン オイスターソース でんぶん 長ねぎ								
単位	<small>木の葉かまぼこ</small> 人参 天ぷら粉 塩 <small>揚げ油(ひまわり油)</small>	<small>にじます(魚)</small> でんぶん <small>揚げ油(ひまわり油)</small> 三温糖 酒	<small>信州サーモン(魚)</small> 凍り豆腐 でんぶん <small>揚げ油(ひまわり油)</small> しょうゆ みりん 三温糖 酒 水	<small>サラダ油(ひまわり油)</small> 冷凍液卵 三温糖 塩 しょうが 三温糖 しょうゆ 酒 みりん 鶏ひき肉 <small>むきえだまめ(冷凍)</small> りんご 塩水	鶏もも肉 黒こしょう <small>ガーリックパウダー</small> バジル(粉) しょうゆ 白ワイン オリーブ油	乱切りごぼう いちようれんこん 豚もも肉 しょうゆ 酒 でんぶん <small>揚げ油(ひまわり油)</small> 三温糖 しょうゆ みりん 水	かにシュウマイ キャベツ 冷凍ホールコーン 香味塩ドレッシング とろみ粉								
	<small>サラダ油(ひまわり油)</small> 鶏ひき肉 大根 <small>スライスこんにやく</small> <small>むきえだまめ(冷凍)</small> しょうゆ 三温糖 みりん 酒 でんぶん	しょうゆ みりん 切干しだいこん 極細かまぼこ(赤) きゅうり 上白糖 白しょうゆ 酢 <small>サラダ油(ひまわり油)</small>	こまつな キャベツ 冷凍ホールコーン <small>サラダ油(ひまわり油)</small> 白しょうゆ 上白糖 酢 塩 こしょう	りんご 塩水	大根 海藻ミックス <small>青じそドレッシング</small>	白いりごま 野沢菜漬け キャベツ きゅうり 人参 白しょうゆ 酢 上白糖									

	小2 22日	小2 24日	小2 27日	小2 28日	小2 29日	小2 30日
	【七二会中思い出献立】			【和食の日献立】		
献立名	ナン 牛乳 ABCスープ キーマカレー シャキシャキポテトサラダ チョコクレープ	コッペパン 牛乳 キャベツのスープ煮 パンネのミートソース フルーツポンチ	麦ご飯 牛乳 ワントンスープ 厚揚げの甘酢あんかけ れんこんサラダ	麦ご飯 牛乳 さつまい 鮭の塩こうじ焼き 菊花和え（大豆）	ソフトめん 牛乳 みそラーメンスープ 春巻き もやしのナムル	麦ご飯 牛乳 豆腐のすまし汁 チキンみそカツ 白菜の昆布和え
使用材料	シオルダーベーコン 玉ねぎ 人参 チキンブイヨン(レトルト) しょうゆ 塩 こしょう 白菜 ABCマカロニ	チキンブイヨン(レトルト) サラダ油(ひまわり油) 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 キャベツ しめじ 酒 塩 しょうゆ こしょう 乾燥ワントン チンゲンサイ	チキンブイヨン(レトルト) 鶏もも肉 人参 たけのこ缶 玉ねぎ 白菜 塩 しょうゆ こしょう 乾燥ワントン チンゲンサイ	煮干し ごぼう 鶏もも肉 玉ねぎ 人参 大根 さつまいも 油揚げ みそ 長ねぎ 鮭(魚)切り身 塩こうじ漬けタレ 焼き油(ひまわり油)	サラダ油(ひまわり油) にんにく しょうが 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 たけのこ缶 白菜 冷凍ホールコーン チキンブイヨン(レトルト) しょうゆ みそ こしょう でんぶん 長ねぎ 春巻 揚げ油(ひまわり油) もやし きゅうり 人参 酢 ごま油 白しょうゆ	厚けずり 玉ねぎ 人参 しめじ えのきたけ 豆腐 ちらし蒲鉾(銀杏) 塩 しょうゆ 酒 こまつな 鶏むね肉 切り身 小麦粉 乾パン粉 揚げ油(ひまわり油) ごま油 にんにく しょうゆ ざらめ糖 豆みそ 酒 水 白いりごま
単位g	サラダ油(ひまわり油) にんにく 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 カレー粉 小麦粉 塩 ナツメグ(粉) トマトケチャップ じゃがいも 人参 きゅうり 白しょうゆ レモン汁 塩 こしょう 上白糖 サラダ油(ひまわり油) チョコクレープ	サラダ油(ひまわり油) にんにく 豚ひき肉 玉ねぎ トマトケチャップ トマトピューレ 中濃ソース 塩 こしょう ペンネマカロニ みかんシロップ漬け パイナップルシロップ漬け ナタデココ カットゼリーぶどう	絹生揚げ サラダ油(ひまわり油) にんにく 玉ねぎ ピーマン 上白糖 酒 しょうゆ トマトケチャップ 酢 水 でんぶん れんこん キャベツ ローズハム ノンエッグマヨネーズ 白しょうゆ	こまつな キャベツ もやし 大豆の華 白しょうゆ 上白糖 サラダ油(ひまわり油)		白菜 きゅうり 塩昆布 白しょうゆ