

	2025年 4月 14日(月)	4月 15日(火)	4月 16日(水)	4月 17日(木)	4月 18日(金)	4月 19日(土)	4月 20日(日)
朝	◆ごはん 米 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆さばのカレー焼き サバ(120) カレー粉 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ 調合油 キャベツ ごまドレッシング ◆胡瓜の酢の物 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆みそ汁(高野豆腐/わかめ) 高野豆腐 カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし 赤だしみそ 白みそ ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆納豆 納豆 青ネギ ◆鮭のポテト焼き 鮭(生) しお こしょう粉 じゃがいも ホールコーン(缶詰) マヨネーズ 全卵型 しお ピザ用チーズ 粉バセリ 乾 ◆筑前煮 鶏もも肉 ごぼう 根 ゆで れんこん 根茎 ゆで 板こんにゃく いんげん(冷) 生しいたけ にんじん 顆粒和風だし こいくちしょうゆ みりん 清酒 純米酒 調合油 ◆ニラと卵の味噌汁 卵 にら 合わせ味噌 顆粒和風だし ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆納豆みそ ひきわり納豆 青ネギ 合わせ味噌 砂糖 みりん 三枚肉スライス しょうが おろし 調合油 ◆鮭の塩焼き べにざけ 生 食塩 こしょう粉 調合油 だいこん しそ こいくちしょうゆ ◆もやしピリ辛炒め もやし にんじん にら 豚ひき肉 調合油 顆粒和風だし うすくちしょうゆ トウバンジャン 食塩 こしょう 白 粉 ◆冷ややっこ 絹ごし豆腐 青ネギ 糸カツオ こいくちしょうゆ ◆みそ汁(玉ねぎ/わかめ) たまねぎ 乾燥わかめ 青ネギ かつおだし 麦みそ 顆粒和風だし ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆サンドイッチ(卵) 食パン マーガリン 卵 マヨネーズ 全卵型 粒入りマスタード しお ◆サラダ レタス トマト生 ホールコーン(缶詰) ツナ ごまドレッシング ◆かぼちゃの豆乳スープ かぼちゃ(冷凍) 豆乳 粉バセリ 乾 顆粒コンソメ 食塩 ◆くだもの(バナナ) バナナ 生 ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆ぶりの照り焼き ぶり 生 料理酒 こいくちしょうゆ みりん 砂糖 しょうが おろし 調合油 ししとう 果実 生 ◆キムチ納豆 納豆 はくさいキムチ 青ネギ ◆タマナーチャンプルー キャベツ にんじん 豚コマ スライス にら 食塩 こしょう 白 粉 顆粒和風だし うすくちしょうゆ ◆きのこのみそ汁 えのきたけ 生 しめじ 油揚げ 葉ねぎ 葉 生 麦みそ 顆粒和風だし ◆くだもの(オレンジ) オレンジ(生) ◆牛乳 普通牛乳	◆うどん汁 うどん(冷)学 蒸しかまぼこ カットわかめ 青ネギ 顆粒和風だし しお うすくちしょうゆ ◆冬瓜のそぼろ煮 とうがん にんじん 鶏ミンチ 青ネギ 食塩 顆粒和風だし みりん こいくちしょうゆ ◆ゆで卵 卵 しお ◆胡瓜の酢の物 胡瓜 生 かに風味かまぼこ(令) カットわかめ 酢 砂糖 うすくちしょうゆ しょうが おろし ◆ヨーグルト和え バナナ 生 プレーンヨーグルト(400g) ◆牛乳 普通牛乳	◆ごはん 米 ◆鮭の塩焼き べにざけ 生 こしょう粉 調合油 だいこん しそ ぼん酢しょうゆ ◆納豆 納豆 青ネギ ◆からし菜炒め からしな 葉 生 にんじん 沖縄豆腐 ツナ缶 顆粒和風だし こいくちしょうゆ ◆三色なます だいこん かに風味かまぼこ(令) 胡瓜 生 しままーす 酢 砂糖 ◆味噌汁(卵/ねぎ) 卵 青ネギ 顆粒和風だし 合わせ味噌 ◆くだもの(りんご) りんご生(6等分) ◆牛乳 普通牛乳
間食	◆(補)おにぎり 米 ふりかけ(やさい)	◆(補)おにぎり(油みそ) 米 赤だしみそ 米みそ 甘みそ ツナ缶 グラニュー糖 ごま むき 焼きのり(10枚)	◆(補)塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	◆補)おかかとチーズのおにぎ 米 糸カツオ キャンディーチーズ めんつゆ 三倍濃厚	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚) ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)ゆかりおにぎり 米 ゆかり ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)辛子高菜おにぎり 米 辛子高菜漬け
昼	◆牛丼 米 牛肉スライス たまねぎ生 しらたき 長ネギ 調合油 砂糖 料理酒 こいくちしょうゆ みりん風調味料 顆粒和風だし しょうが おろし 紅しょうが ◆竹輪のチーズ磯辺揚げ ちくわ(20g) スティックチーズ 小麦粉 しょうが 漬物 酢漬 卵 あおのり 食塩 調合油 ◆ほうれん草ゴマ和え ほうれん草(冷) えのきたけ 生 こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ごま油 白すりごま ◆鶏ささみと青菜のスープ春雨 はるさめ 緑豆はるさめ ほぐし鶏 チンゲンサイ 葉 生 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ 料理酒 青ネギ 白ごま 乾 ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	◆ごはん 米 ◆マーボー茄子 なす 豚ひき肉 にら にんにく おろし しょうが おろし こいくちしょうゆ 甜麵醬 調合油 ごま油 片栗粉 トウバンジャン ◆焼き餃子 ぎょうざ 冷凍 調合油 こいくちしょうゆ 酢 ラー油 ◆新玉ねぎとわかめの和え物 たまねぎ カットわかめ かに風味かまぼこ(令) 和風ドレッシングタイプ ◆五目中華スープ はくさい(生) 乾しいたけ にんじん 豚コマ スライス 絹ごし豆腐 顆粒中華味 うすくちしょうゆ しお 片栗粉 ◆くだもの(いちご) いちご 生	◆キムチ焼きうどん うどん(冷)学 豚コマ スライス キャベツ 生 たまねぎ生 にんじん にら はくさいキムチ 料理酒 こいくちしょうゆ コチュジャン 砂糖 にんにく おろし ◆エビカツ エビカツ60g 調合油 ◆ワントンスープ ワントン 冷凍 豆苗 乾しいたけ 顆粒中華だし しお うすくちしょうゆ ごま油 ◆誕生日ケーキ ショートケーキ(カット) フロゼンホイップ いちご 生	◆ごはん 米 ◆鮭の紙つつみ焼き 鮭(生) しお こしょう粉 たまねぎ しめじ えのきたけ 生 生しいたけ 有塩バター ぼん酢しょうゆ レモン 全果 生 ◆フーチャンプルー 車麩 卵 キャベツ にんじん もやし にら 豚肩ロース(細切り) 顆粒和風だし 食塩 うすくちしょうゆ 調合油 ◆とん汁 豚ロース1cmスライス 里芋 (令) だいこん 厚揚げ にんじん 長ネギ 板こんにゃく 顆粒和風だし ◆そうめん汁 ◆くだもの(りんご) りんご生	◆ごはん 米 ◆焼きチキン南蛮 鶏むね肉 食塩 こしょう粉 小麦粉 卵 こいくちしょうゆ グラニュー糖 酢 マヨネーズ 全卵型 卵 たまねぎ ピクルス(刻み) 食塩 こしょう粉 粉バセリ 乾 ◆チンゲン菜とホタテの塩炒め チンゲンサイ 葉 生 ほたてがよい 貝柱 生 たまねぎ生 にんじん 片栗粉 調合油 しょうが おろし にんにく おろし こいくちしょうゆ 食塩 ◆ささみとブロッコリーのサラダ ブロッコリー(冷) ほぐし鶏 ホールコーン(缶詰) ごまドレッシング ◆そうめん汁 そうめん・乾 かいわれだいこん 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 ◆クーリッシュ(バナナ) ミニクーリッシュ(バナナ)	◆ごはん 米 ◆アスパラの豚肉巻 アスパラガス(冷) 豚ロース(薄切り) こしょう粉 こいくちしょうゆ 料理酒 砂糖 みりん ◆さばのカレー竜田揚げ まさば 生 しょうが おろし 片栗粉 カレー粉 清酒 純米酒 こいくちしょうゆ 調合油 ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 ◆ひじきの五目煮 ひじき(乾) 乾しいたけ にんじん 油揚げ えだまめ 冷凍 めんつゆ 三倍濃厚 水 顆粒和風だし むきエビ(冷) アスパラガス(冷) 赤ピーマン生 にんにく おろし オリーブ油 しお こしょう粉 ◆エビの旨塩炒め むきエビ(冷) アスパラガス(冷) 赤ピーマン生 にんにく おろし オリーブ油 しお こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆気になる野菜100 βーカロ 気になる野菜βーカロテ	◆ごはん 米 ◆漬物 漬物 しば漬 ◆しょうが焼き 豚肩ロース(細切り) こいくちしょうゆ 清酒 純米酒 しょうが おろし みりん 調合油 たまねぎ ◆白身フライ 白身フライ フライ用 冷 調合油 ◆しらす入り厚焼き玉子 卵 しらす干し 半乾燥品 青ネギ 調合油 しお 顆粒和風だし ◆ピーマンソテー 青ピーマン生 黄ピーマン ベーコン 有塩バター しお こしょう粉 ◆エビの旨塩炒め むきエビ(冷) アスパラガス(冷) 赤ピーマン生 にんにく おろし オリーブ油 しお こしょう粉 こいくちしょうゆ ◆気になる野菜100 βーカロ 気になる野菜βーカロテ
おやつ	◆(補)ひじこチーズおにぎり 米 しらす干し 半乾燥品 スティックチーズ ごま油 めんつゆ 三倍濃厚 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)やみつきおにぎり 米 天かす しらす干し 半乾燥品 しそ めんつゆ 三倍濃厚 白ごま 乾 ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml	◆補)ひじき豆おにぎり 米 ひじき(乾) むき枝豆 顆粒和風だし こいくちしょうゆ しお ◆ザバス(200ml)ココア ザバス(乳飲料)200ml	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆(補)うめおにぎり 米 種ぬきかつお梅 白ごま 乾 焼きのり(10枚)	◆補)塩おにぎり 米 しお 焼きのり(10枚)	◆補)梅ひじきごはん 米 ひじき(乾) 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 白ごま 乾 種ぬきかつお梅 青ネギ ◆ザバス(200ml)バナナ ザバス(乳飲料)200ml
夕食	◆ごはん(学) 米 ◆チキンソテーきのこ添え 鶏もも肉 しお こしょう粉 小麦粉 調合油 しめじ えのきたけ 生 まいたけ 生 有塩バター ぼん酢しょうゆ 青ネギ	◆コーンご飯 米 ホールコーン 缶詰 粉バセリ 乾 ◆ハヤシライス 豚コマ スライス 調合油 マッシュルーム ゆで たまねぎ にんにく おろし トマトケチャップ ウスターソース こしょう 白 粉 ハヤシルウ	◆ごはん 米 ◆チーズハンバーグ あいびき肉 たまねぎ生 パン粉 普通牛乳 卵 にんにく おろし しお こしょう粉 ナツメグ 粉 ウスターソース トマトケチャップ	◆ごはん 米 ◆ゆで豚の薬味ソースかけ 豚肉(もも) 料理酒 しお 長ネギ 胡瓜 生 みょうが しそ こいくちしょうゆ 酢 砂糖 ごま油	◆ごはん 米 ◆回鍋肉 豚コマ スライス キャベツ にんじん 赤ピーマン生 青ピーマン生 長ネギ たけのこ 水煮缶詰(干 しょうが おろし にんにく おろし こいくちしょうゆ 顆粒中華味	◆ごはん 米 ◆チキン南蛮 鶏もも肉 食塩 こしょう粉 小麦粉 卵 調合油 こいくちしょうゆ グラニュー糖 マヨネーズ 全卵型 卵	◆ごはん 米 ◆Wポークカレー 豚ロース1cmスライス ポークランチョンミート にんじん じゃがいも たまねぎ しめじ カレールウ 調合油 福神漬 らっきょう 甘酢漬 ◆コブサラダ

	2025年 4月 14日(月)	4月 15日(火)	4月 16日(水)	4月 17日(木)	4月 18日(金)	4月 19日(土)	4月 20日(日)
タ	◆揚げだし豆腐 絹ごし豆腐 片栗粉 調合油 だいこん しょうが おろし かつおだし こいくちしょうゆ みりん きざみのり 青ネギ ◆ゴボウサラダ ささがきごぼう(冷) にんじん 胡瓜 生 ほぐし鶏 マヨネーズ 全卵型 白すりごま ◆具だくさんもずく汁 もずく にんじん たまねぎ しめじ 卵 顆粒和風だし うすくちしょうゆ 食塩 青ネギ ◆くだもの(ぶどう) ぶどう	◆スパニッシュオムレツ 卵 ミックスベジタブル(冷) ロースハム ピザ用チーズ 顆粒コンソメ しお ◆大根サラダ だいこん みずな 葉 生 ツナ 糸カツオ きざみのり ゆずドレッシング ◆ヨーグルト プレーンヨーグルト(400g)	ピザ用チーズ レタス トマト生 卵 ◆アスパラいかバター炒め アスパラガス(冷) エリンギ 生 いか 生 有塩バター こいくちしょうゆ にんにく おろし ◆BLTスープ ベーコン レタス トマト生 水 顆粒中華だし こいくちしょうゆ 片栗粉 卵 ブラックペッパー ◆フルーツ盛り いちご 生 マスカット	白ごま 乾 け レタス ◆パパイヤいりちー パパイヤ千切(冷) にんじん ツナ にら 調合油 こいくちしょうゆ 顆粒和風だし ◆中華いか和え 中華イカ だいこん 胡瓜 生 カットわかめ 中華ドレッシング ◆もやしとひき肉と坦々豆乳ス もやし にら 絹ごし豆腐 豚ひき肉 豆乳 ごま油 白すりごま ラー油 みりん こいくちしょうゆ 合わせ味噌 しょうが おろし にんにく おろし ◆くだもの(パイン) パインアップル 生	清酒 純米酒 調合油 ◆厚焼き卵 卵 しお 調合油 だいこん しそ うすくちしょうゆ ◆南瓜サラダ 日本かぼちゃ 卵 たまねぎ 胡瓜 生 マヨネーズ 全卵型 粒マスタード しお こしょう粉 ◆オニオンスープ たまねぎ生 有塩バター 水 顆粒コンソメ 粉パセリ 乾 ◆杏仁フルーツ 杏仁フルーツ缶 白玉粉	たまねぎ ビクルス(刻み) 食塩 こしょう粉 粉パセリ 乾 サラダ菜 ◆チョレギサラダ レタス にんじん カットわかめ ほぐし鶏 長ネギ きざみのり 中華ドレッシング ◆茶碗蒸し 卵 かつおだし汁 めんつゆ 三倍濃厚 鶏もも肉 むきエビ(冷) 蒸しかまぼこ 乾しいたけ みつば 生 ◆アーサ汁 あおさ 素干し こいくちしょうゆ 食塩 顆粒和風だし 長ネギ ◆フルーツポンチ 白玉団子(冷) パインアップル 缶詰 みかん 缶詰 サイダー	レタス 胡瓜 生 トマト生 アボカド 生 ほぐし鶏 卵 コブドレッシング ◆フルーツ盛 オレンジ(生) いちご 生