

令和7年3月1日土曜 ～ 令和7年3月31日月曜

1 ページ

3(月)	4(火)	5(水)	6(木)	7(金)	10(月)	11(火)	12(水)	13(木)
A	A	A	A	A	A	A	A	A
ごはん	ごはん	背割りコッペパン	ごはん	玄米入りごはん	★ちらしずし	ごはん	コッペパン	ごはん
<u>いも団子汁</u> 鶏ムネ肉 10. だいこん 20. にんじん 10. えのきたけ 5. いも団子 25. 長ねぎ 3. 塩 0.2 酒 1. 白しょうゆ 4. 花かつお(ダシ) 1.8	<u>具だくさんみそ汁</u> だいこん 20. たまねぎ 15. にんじん 10. しめじ 5. 厚揚げ 20. 小松菜 5. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.5 <u>かつおフライ</u> ★かつお柔らかフライ 1. 個 揚げ油 6. 中濃ソース 5. <u>かぼちゃサラダ</u> かぼちゃ(冷) 35. きゅうり 5. にんじん 5. 海水塩 0.3 黒こしょう 0.02 油P 1. 米酢 1.	<u>ポトフ</u> 油P 0.5 セロリー 3. たまねぎ 15. にんじん 15. 豚肉(肩・もも) 10. じゃが芋 20. キャベツ 20. 白ワイン 1. 塩 0.2 こしょう 0.02 ベジダシ 3. 白しょうゆ 2.5 <u>フランクフルト</u> ★フランクフルト 1. 本 トマトピューレ 4. ケチャップ 2. 中濃ソース 2. さとう 0.3 <u>コーンサラダ</u> ホールコーン 10. キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. 油P 1. 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.02	<u>五角みそ汁</u> 豆腐(凍) Fe添加 20. こんにゃく 10. だいこん 15. にんじん 10. じゃが芋 15. 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7.5 <u>ソースチキンカツ</u> 鶏ムネ肉 1. 枚 小麦粉 6. パン粉 8. 揚げ油 6. 中濃ソース 5. しょうゆ 3. さとう 3. みりん 1. <u>よろこんぶあえ</u> キャベツ 35. きゅうり 5. えだまめ(ㇿ) 5. にんじん 5. 塩こんぶ 1. 海水塩 0.05 白しょうゆP 1.	<u>ポークカレー</u> しょうが 0.2 にんにく 0.2 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 40. にんじん 20. じゃが芋(凍) 30. 油P 1. 塩 0.2 カレー粉 0.05 ケチャップ 5. おろしりんご 5. チャツネ 1.5 カレールウ 11. しょうゆ 2. 中濃ソース 2. ガラムマサラ 0.01 <u>ハンバーグ</u> ★国産ハンバーグ 1. 個 <u>福神漬あえ</u> キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 3. 福神漬 10. 海水塩 0.1	<u>花ふのすまし汁</u> 鶏ムネ肉 5. えのきたけ 5. はくさい 25. にんじん 10. だいこん 15. みつば 3. ★花ふ 0.8 花かつお(ダシ) 1.8 塩 0.3 白しょうゆ 3. 酒 1. <u>えびしゅうまい</u> ★えびシューマイ 3. 個 白しょうゆ 1. 米酢 1.5 <u>春色サラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 5. にんじん 5. ツナフレーク 5. 大豆の華 フレーク 2. さとう 0.5 米酢 1. 海水塩 0.3 こしょう 0.01 油P 0.5 <u>ひしもち</u> ★ひしもち 1. 個	<u>豚汁</u> 豚肉(肩・もも) 10. 酒 1. ごぼう 10. たまねぎ 10. にんじん 5. だいこん 20. 突こんにゃく 10. しょうが 0.2 長ねぎ 3. 煮干し(パック) 1.8 みそ 7. <u>さばのうま煮</u> さば 1. 切 しょうが 2. さとう 5. 酒 2. みそ 1.5 しょうゆ 3. みりん 2. 水 23. <u>のり酢あえ</u> はくさい 35. きゅうり 5. にんじん 5. ほうれんそう 5. さとう 0.1 米酢 1.5 白しょうゆP 2.3 油P 0.4 角きざみのり 0.5	<u>ブラウンシチュー</u> にんにく 0.5 豚肉(肩・もも) 30. たまねぎ 30. にんじん 10. じゃが芋(凍) 15. しめじ 10. 油P 1. ハヤシルウソフト 11. デミグラスソース 6. 赤ワイン 1. 中濃ソース 3. ケチャップ 3. 犂犂ラスープ 5. こしょう 0.03 <u>チーズオムレツ</u> ★チーズオムレツ 1. 個 <u>ブロッコリーサラダ</u> ブロッコリー(凍) 15. キャベツ 25. きゅうり 5. ホールコーン 5. 米酢 1. 海水塩 0.2 油P 0.5 さとう 0.5 白しょうゆP 1. こしょう 0.01	<u>ワンタンスープ</u> ごま油 0.5 にんじん 10. たまねぎ 20. 豚ももひき肉 10. はくさい 15. ワンタン 6. なると 5. にら 3. 犂犂ラスープ 5. しょうゆ 4. 塩 0.2 こしょう 0.02 <u>厚揚げ入りプルコギ</u> ごま油 0.8 にんにく 0.2 しょうが 0.2 豚肉(肩・もも) 25. 酒 2. 厚揚げ 30. にんじん 10. たまねぎ 20. しらたき 5. しょうゆ 3. みりん 3. さとう 0.5 コチュジャン 3. <u>だいこんのナムル</u> だいこん 35. きゅうり 5. にんじん 5. 小松菜 3. 白しょうゆP 2. ごま油 1. 白いりごま 1.

明細献立表（6東部）

令和7年3月1日土曜 ～ 令和7年3月31日月曜

14(金)	17(月)	18(火)						
A	A	A						
★赤飯	ごはん	ごはん						
<u>お祝いすまし汁</u> えのきたけ 5. だいこん 15. にんじん 10. はくさい 10. 祝なると(切) 5. 豆腐 20. みつば 3. 花かつお(ダシ) 1. 塩 0.3 白しょうゆ 3.5 酒 1.	<u>かきたま汁</u> えのきたけ 5. にんじん 10. たまねぎ 15. 細切かぼ 5. 卵 15. 長ねぎ 3. 塩 0.3 白しょうゆ 3.2 酒 1. でんぷん 0.5 花かつお(ダシ) 1.8	<u>ABCスープ</u> 鶏モモ肉 5. セロリー 2. たまねぎ 20. にんじん 10. キャベツ 20. ホールコーン 5. 塩 0.3 こしょう 0.02 しょうゆ 3.5 オリーブオイル 5. マカロニ(ABC) 3. <u>チーズ入りミートローフ</u> 鶏ひき肉 25. 豚ももひき肉 25. にんじん 3. 角チーズ 5. オリーブオイル 10. 冷凍液卵 5. パン粉 4. 塩 0.16 こしょう 0.01 中濃ソース 1. トマトピューレ 5. ケチャップ 5. 赤ワイン 1. さとう 0.4 <u>男爵いものポテトサラダ</u> じゃが芋 35. にんじん 5. きゅうり 5. ロースハム(切) 3. 海水塩 0.2 黒こしょう 0.02 米酢 1. ノンエッグマヨネーズ(サラダ) 7. <u>手作りももゼリー</u> アガー 1.2 水 20. さとう 6. ★桃ジュース 35. 白桃缶 10.						
<u>チキン南蛮</u> 鶏ムネ肉 1. 枚 でんぷん 6. 揚げ油 7. 米酢 4.5 しょうゆ 3. さとう 3. 水 6.	<u>酢豚</u> ★豚もも肉(下味) 40. でんぷん 7. 揚げ油 5. たまねぎ 15. たけのこ(切) 7. にんじん 10. ピーマン 3. 黄パプリカ 3. 油P 0.5 しょうゆ 3. みりん 0.6 酒 0.6 さとう 2. 米酢 2. ケチャップ 6.							
<u>春雨サラダ</u> マロニー 5. きゅうり 5. キャベツ 20. にんじん 3. 米酢 1. さとう 0.5 白しょうゆP 2. 海水塩 0.1 ごま油 0.5	<u>オニドレサラダ</u> キャベツ 30. きゅうり 7. にんじん 5. ホールコーン 5. たまねぎ 2. 油P 0.6 白しょうゆP 2. 海水塩 0.3 黒こしょう 0.01 さとう 0.8							
<u>お祝いケーキ</u> ★お祝いケーキ (乳卵小麦なし) 1. 個								
<u>タルタルソース</u> ★ノンエッグ タルタルソース 1. 個								