

11月4日(火)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[メンチカツ]
メンチカツ(冷凍) 小麦・乳
なたね油
[キャベツ千切り]
キャベツ
[さばのカレーマヨ焼き]
さば
カレー粉
こいくちしょうゆ 小麦
マヨネーズ(全卵型) 卵
みりん風調味料
おろしにんにく
[中濃ソース]
中濃ソース
[オクラとブロッコリーのポン酢和え]
オクラ・冷凍
ブロッコリー・冷凍
ポン酢 小麦
[大根味噌煮]
だいこん
にんじん
焼き竹輪 卵・乳(コンタミ:えび・かに・小麦)
板こんにゃく
水
上白糖
米みそ(淡色辛みそ)
和風だしの素
[さくら漬け]
さくら漬け
[きのこ中華炒め]
ぶなしめじ
えのきたけ
玉葱
なたね油
ごま油
食塩
こしょう混合
中華だし

11月5日(水)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[天ぷら盛り合せ]
れんこん
水
上白糖
こいくちしょうゆ 小麦
和風だしの素
とうがらし(粉)
まいたけ天 小麦
スライスさつまいも
プレミックス粉(てんぷら用) 小麦・卵
なたね油
食塩
[西京焼き]
まだら
おろししょうが
米みそ(淡色辛みそ)
みりん風調味料
上白糖
合成清酒
[玉子豆腐]
玉子豆腐 小麦・卵
[もやしのお浸し]
りょくとうもやし
にんじん
こまつな・冷凍
和風だしの素
こいくちしょうゆ 小麦
[さくら漬け]
さくら漬け
[三色豆]
三色豆 (コンタミ:小麦)

11月6日(木)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[鶏唐揚げ]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
食塩
こしょう混合
おろししょうが
合成清酒
かたくり粉
[南蛮あん]
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
穀物酢
とうがらし(乾)
和風だしの素
かたくり粉
[タルタルソース]
タルタルソース 卵・小麦
[千切りキャベツ]
キャベツ
[海鮮大焼売]
ビッグ海鮮シュウマイ 小麦・えび
[竹の子ピリ辛炒め]
たけのこ(ゆで)
にんじん
こまつな・冷凍
きくらげ(乾)
なたね油
食塩
トウバンジャン
中華だし
[ツナじゃが煮]
煮物用乱切りポテト
玉葱
まぐろ缶詰(油漬フレークライト)
にんじん
なたね油
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[いんげん]
いんげんまめ(ゆで)
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[扇麩煮]
焼きふ(車ふ) 小麦
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素

11月7日(金)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[白身フライ]
白身魚フライ 小麦(コンタミ:卵・乳・えび・かに)
なたね油
[ちくわ磯部天]
焼き竹輪 小麦(コンタミ:卵・乳・えび・かに)
あおさ(素干し)
プレミックス粉(てんぷら用) 小麦・卵
水
なたね油
[厚焼玉子]
厚焼玉子 小麦・卵
[味付け海苔]
味付けのり えび・小麦
[ミニ醤油]
味醤油3g 小麦
[紅白なます漬け]
紅白なます
[白菜煮びたし]
はくさい
にんじん
こまつな・冷凍
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[さくら漬け]
さくら漬け
[味の花]
味の花 小麦(コンタミ:えび)

11月10日(月)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[牛肉入コロッケ]
道産男爵コロッケ(牛肉) 小麦
なたね油
[ホッケ塩焼き]
縞ほっけ 小
[キャベツ千切り]
キャベツ
[中濃ソース]
中濃ソース
[ブロッコリーサラダ]
ブロッコリー・冷凍
にんじん
マヨネーズ(全卵型) 卵
とうもろこし(カーネル冷凍)
上白糖
食塩
粒入りマスタード
[根菜旨煮]
だいこん
にんじん
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
れんこん
板こんにゃく
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[ムキ枝豆]
えだまめ(冷凍)
[さくら漬け]
さくら漬け
[三角厚揚げチリソース煮]
絹厚揚げ豆腐約20g三角
水
トマトチリソース 小麦
トマトケチャップ
上白糖
食塩
中華だし

11月11日(火)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[トンカツ]
三元豚ロースとんかつ 小麦・卵
なたね油
[千切りキャベツ]
キャベツ
[野菜おろしソース]
野菜おろしソース 小麦
[もやしカラフル炒め]
りょくともやし
青ピーマン
なたね油
食塩
こしょう混合
中華だし
[ひじき煮]
ひじき
にんじん
油揚げ
しらたき
水
うすくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[小松菜ピーナッツ和え]
こまつな・冷凍
ピーナッツ和えの素 小麦・落花生

11月12日(水)		
[ごはん]		
水稲穀粒(精白米)		
[牛乳]		
牛乳		乳
[アジフライ]		
あじフライ用 50g		小麦
なたね油		
[イカ寄せフライ]		
イカ寄せフライ 30g		小麦
なたね油		
[キャベツ千切り]		
キャベツ		
[味しょうゆ]		
味醤油3g		小麦
[春雨旨煮]		
緑豆はるさめ		
はくさい		
にんじん		
豚ひき肉		
水		
こいくちしょうゆ		小麦
上白糖		
和風だしの素		
[竹の子金平]		
たけのこ(水煮缶詰)		
にんじん		
ごま(いり)		
なたね油		
ごま油		
こいくちしょうゆ		小麦
上白糖		
和風だしの素		
[さくら漬け]		
さくら漬け		
[ごぼうサラダ]		
VOごぼうサラダ		小麦・卵

11月13日(木)		
[ごはん]		
水稲穀粒(精白米)		
[牛乳]		
牛乳		乳
[ハンバーグ]		
ハンバーグ(冷凍)		小麦・乳
[デミソース]		
マイルドデミグラスソース		小麦・乳
トマトケチャップ		
水		
上白糖		
食塩		
中華だし		
かたくり粉		
[フライドポテト]		
フライドポテト		小麦
なたね油		
[キャベツソテー]		
キャベツ		
ほうれんそう(冷凍)		
とうもろこし(冷凍)		
チンゲンツァイ・冷凍		
なたね油		
食塩		
こしょう混合		
中華だし		
[大根の煮物]		
だいこん		
にんじん		
さつま揚げ		小麦・卵(コンタミ:えび・かに・乳)
水		
上白糖		
和風だしの素		
[さくら漬け]		
さくら漬け		
[コーンクリームコロッケ]		
クリーミーコーンコロッケ		小麦・乳
[ミニ中濃ソース]		
味ソース		
[トマトペンネ]		
QPTマトパスタサラダ(ペンネ)		小麦

11月14日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[ササミフライ]
ささみフライ 小麦
なたね油
[プレーンオムレツ]
プレーンオムレツ 卵
[千切りキャベツ]
キャベツ
[創味トマトソース]
トマトソース 小麦
[シチュー]
玉葱
水
にんじん
とろけるシチュールウ 小麦・乳
ウィンナー 卵・乳
こしょう混合
固形コンソメ 乳
[グリーンピース]
グリーンピース(冷凍)
[中華和え]
りょくとうもやし
にんじん
こまつな・冷凍
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
穀物酢
ごま油
中華だし
[さくら漬け]
さくら漬け
[白滝真砂和え]
しらたき
からしめんたいこ
食塩
とうがらし(粉)

11月17日(月)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[厚切りハムカツ]
ハムカツ 小麦・乳
なたね油
[厚焼玉子]
厚焼玉子 小麦・卵
[千切りキャベツ]
キャベツ
[中濃ソース]
中濃ソース
[メンマオイスター炒め]
たけのこ(水煮缶詰)
板こんにゃく
なたね油
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
かき油 小麦・えび
中華だし
[マカロニサラダ]
エルデリ マカロニサラダ 小麦・卵
[さくら漬け]
さくら漬け
[ねりうめ]
練り梅

11月18日(火)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[とり天]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
こいくちしょうゆ 小麦
おろししょうが
プレミックス粉(てんぷら用) 小麦・卵
水
なたね油
[千切りキャベツ]
キャベツ
[さばの生姜みそ焼き]
まさば(焼き)
おろししょうが
米みそ(淡色辛みそ)
みりん風調味料
水
なたね油
[とり天スープ]
とり天専用スープ 小麦
[キャベツ旨塩炒め]
キャベツ
さつま揚げ 小麦・卵(コンタミ:えび・かに・乳)
なたね油
塩だれ(サンホーム) 小麦
中華だし
[刻み昆布煮]
こんぶ
にんじん
しらたき
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素
[おき枝豆]
えだまめ(冷凍)
[つぼ漬け]
つぼ漬け
[カリフラワー甘酢和え]
カリフラワー・冷凍
にんじん
上白糖
穀物酢
食塩
[ごま(白)]
ごま(いり)

11月19日(水)
[ごはん]
水稲穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[マス照り焼き]
からふとます(塩ます)
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
[蒸し肉シュウマイ]
しょうまい(冷凍) 小麦・卵
[かき揚げ]
ミニ野菜かき揚げ 小麦
[味なおしお]
食塩
[もやし黒胡椒炒め]
りょくとうもやし
にんじん
なたね油
食塩
黒こしょう
中華だし
[中華スープ煮]
はくさい
干し椎茸
にんじん
水
たけのこ(水煮缶詰)
食塩
こしょう混合
中華だし
かたくり粉
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[味わいふりかけ]
味わいふりかけ(たまご) 卵・乳・小麦

11月20日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[鶏のから揚げ]
鶏若鶏肉モモ(皮付き)
おろししょうが
おろしにんにく
唐揚げ粉 小麦
プレミックス粉(てんぷら用) 小麦・卵
なたね油
[エビフライ]
えびフライ 30g 小麦・えび
なたね油
[千切りキャベツ]
キャベツ
[タルタルソース]
QPタルタルソース 卵・小麦
[ミートボール]
タレ付きミートボール 卵・乳・小麦
[ナポリタン]
スパゲッティ 小麦
玉葱
青ピーマン
ウィンナー 卵・乳
なたね油
トマトソース
トマトケチャップ
こしょう混合
[キャベツサラダ]
キャベツ
にんじん
とうもろこし(カーネル冷凍)
きゅうり
ポン酢 小麦
ごま油
[中がんもの煮物]
がんもどき
水
上白糖
こいくちしょうゆ 小麦
和風だしの素
みりん風調味料
[さくら漬け]
さくら漬け

11月21日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[麻婆豆腐]
マメックス サイコロ豆腐
玉葱
豚ひき肉
なたね油
ごま油
水
こいくちしょうゆ 小麦
麻婆豆腐の素 小麦
トウバンジャン
かたくり粉
[グリーンピース]
グリーンピース(冷凍)
[ポテトサラダ]
エルデリ ポテトサラダ 卵
[ヒレカツ]
ヒレかつ 小麦
なたね油
[揚げ餃子]
ぎょうぎ 小麦
なたね油
[千切りキャベツ]
キャベツ
[ミニ中濃ソース]
味ソース
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[ブロッコリースープ煮]
ブロッコリー・冷凍
玉葱
とうもろこし(カーネル冷凍)
水
食塩
こしょう混合
固形コンソメ 乳

11月27日(木)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[トンカツ]
ロースとんかつ 小麦・卵
なたね油
[たまごあん]
スクランブルエッグ 卵・小麦・乳
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だし
[バサのレモンしょうゆ焼き]
白身魚(バサ)切身 骨なし
レモン(果汁、生)
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
合成清酒
みりん風調味料
[ちくわ磯部天]
竹輪磯部揚 小麦(コンタミ:卵・乳・えび・かに)
なたね油
[八宝菜風炒め]
はくさい
りょくとうもやし
チンゲンツァイ・冷凍
きくらげ(乾)
なたね油
ごま油
かき油 小麦・えび
おろししょうが
食塩
こしょう混合
中華だし
かたくり粉
[わかめ甘酢和え]
カットわかめ
にんじん
穀物酢
上白糖
食塩
[さくら漬け]
さくら漬け
[れんこん甘辛煮]
れんこん
ごま(いり)
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
和風だしの素

11月28日(金)
[ごはん]
水稻穀粒(精白米)
[牛乳]
牛乳 乳
[チーズメンチカツ]
チーズインメンチカツ 小麦・乳・卵
[エビカツ]
えびカツ えび・小麦・卵
なたね油
[具たくさんタルタル]
QPタルタルソース 卵・小麦
[千切りキャベツ]
キャベツ
[中濃ソース]
中濃ソース
[春雨中華和え]
緑豆はるさめ
きゅうり
ロースハム 卵・乳
板なしかまぼこ 卵・えび・かに・小麦
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
穀物酢
ごま油
中華だし
[豚汁風煮]
豚ロース(脂身付き)
だいこん
にんじん
ごぼう
水
うすくちしょうゆ 小麦
上白糖
米みそ(淡色辛みそ)
和風だしの素
[つぼ漬け]
つぼ漬け 小麦
[ピリ辛こんにゃく炒め]
板こんにゃく
なたね油
水
こいくちしょうゆ 小麦
上白糖
とうがらし(粉)
和風だしの素