

## 材料表

## 普通食

日程	献立	原材料
11/01 (金)	白ごはん	米
	蒸し鶏のオーロラソース	鶏肉 酒 塩 こしょう マヨネーズ ケチャップ 砂糖
	グリーンピースの卵とじ	グリーンピース 卵 だし 醤油 砂糖 みりん
	さつま揚げの煮物	花形さつま (玉ねぎ・人参含む) だし 醤油 砂糖 みりん
	春雨の和風サラダ	春雨 ほうれん草 かにかま 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
452 kcal		
11/05 (火)	白ごはん	米
	鮭の塩焼き	鮭 塩
	添えブロッコリー	ブロッコリー 塩
	豚肉と切干大根の甘辛炒め	豚肉 切干大根 椎茸 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒 油
	揚げ里芋の中華和え	里芋 油 白ゴマ 中華だし 酢 醤油 砂糖 塩 ごま油
421 kcal		
11/06 (水)	白ごはん	米
	トンカツ ソース	豚肉 小麦粉 パン粉 塩 こしょう 油 ソース
	ひじきの煮物	ひじき いんげん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	かぼちゃの甘煮	かぼちゃ 砂糖 塩 *
	水菜と人参の白和え	水菜 人参 豆腐 すりゴマ 味噌 だし 醤油 砂糖 みりん
382 kcal		
11/07 (木)	ゆかりごはん	米 赤しそ 食塩 砂糖 アミノ酸 りんご酸
	回鍋肉	豚肉 キャベツ 生姜 にんにく 中華だし オイスターソース テンメンジャン 味噌 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩 *
	厚揚げのそぼろあん	厚揚げ 鶏ミンチ だし 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	なすの揚げ浸し	なす 油 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん
406 kcal		
11/08 (金)	白ごはん	米
	イカと野菜のバター醤油	イカ 小松菜 玉ねぎ 人参 コンソメ マーガリン (バター) 醤油 酒 塩 こしょう
	大学芋	さつまいも 黒ゴマ 穀物酢 砂糖 塩 油
	カリフラワーのカレー風味	カリフラワー カレー粉 コンソメ 醤油 みりん
	きのこのマリネ	しめじ えのき 人参 レモン果汁 オリーブ油 砂糖 塩 こしょう
355 kcal		
11/11 (月)	白ごはん	米
	ハンバーグ ケチャップ	牛肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 塩 ケチャップ
	揚げじゃこ豆	大豆 ちりめんじゃこ 油 白ゴマ 醤油 砂糖 みりん
	糸こんにゃく人参の金平	糸こんにゃく 人参 だし 醤油 砂糖 みりん ごま油
	春菊と錦糸卵の和え物	春菊 錦糸卵 だし 醤油 砂糖 みりん
372 kcal		
11/12 (火)	白ごはん	米
	唐揚げ	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 酒 ごま油 塩 こしょう 小麦粉 片栗粉 油
	マカロニ (野菜) のクリーム煮	マカロニ (トマト・ほうれん草含む) コンソメ マーガリン (バター) クリームルウ
	白菜と人参の煮浸し	白菜 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
	ポテトサラダ	じゃがいも ハム マヨネーズ 砂糖 塩 こしょう
525 kcal		
11/13 (水)	鶏ごぼうごはん	米 鶏肉 ごぼう だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	鯖のカレー風煮	鯖 カレー粉 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	高野豆腐のえびあんかけ	高野豆腐 むきえび だし 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	卵焼き	卵 だし 醤油 みりん
	かぼちゃの天ぷら	かぼちゃ 小麦粉 塩 油
	人参とレーズンのマリネ	人参 レーズン オリーブ油 酢 砂糖 塩 こしょう
521 kcal		

11/14 (木)	白ごはん	米
	和風スパゲティ	スパゲティ ベーコン ほうれん草 しめじ 人参 にんにく だし 醤油 みりん 塩 こしょう
	手作りコロッケ	牛肉 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ スキムミルク 牛乳 砂糖 酒 塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 油
	ひじきの煮物	ひじき いんげん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
439 kcal	コールスローサラダ	キャベツ 鶏ほぐし身 (チキンエキス・食塩・アミノ酸・リン酸塩・(小麦・鶏肉・大豆含む) 人参 マヨネーズ 砂糖 塩 こしょう
11/15 (金)	白ごはん	米
	牛肉の味噌煮込み	牛肉 油揚げ 人参 味噌 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	ちくわの天ぷら	ちくわ 小麦粉 油 塩
	もやしと塩昆布のナムル	もやし 塩昆布 人参 中華だし 醤油 砂糖 ごま油
436 kcal	水菜とえのきの胡麻和え	水菜 えのき 白ゴマ だし 醤油 砂糖 みりん
11/18 (月)	白ごはん	米
	豚肉の柳川煮	豚肉 ごぼう 卵 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩 *
	バターコーン	コーン パセリ マーガリン (バター) 砂糖 塩 こしょう
389 kcal	わかめとツナの酢の物	わかめ ツナ 人参 すりゴマ だし 酢 醤油 砂糖 みりん 塩
11/19 (火)	白ごはん	米
	おでん風 (肉団子・大根・厚揚げ・さつま揚げ)	牛肉 豚肉 玉ねぎ 生姜 鶏卵 酒 パン粉 塩 こしょう ごま油 片栗粉 大根 厚揚げ 花形さつま (玉ねぎ・人参含む) だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	さつまいもの素揚げ	さつまいも 油 塩 *
	焼きビーフン	ビーフン チンゲン菜 ハム 人参 中華だし 醤油 塩 こしょう ごま油
507 kcal	揚げなすのポン酢和え	なす 油 ポン酢醤油 砂糖 みりん
11/20 (水)	白ごはん	米
	鶏肉の照り焼き	鶏肉 醤油 砂糖 みりん 酒
	小松菜とかまぼこの煮浸し	小松菜 かまぼこ だし 醤油 砂糖 みりん
	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖 塩
423 kcal	カリフラワーの香味漬け	カリフラワー パセリ 醤油 みりん
11/21 (木)	白ごはん	米
	白身魚の天ぷら ソース	カレイ 小麦粉 塩 油 ソース
	かぼちゃのグラッセ	かぼちゃ マーガリン (バター) 砂糖 塩
	豚肉と切干大根の甘辛煮	豚肉 切干大根 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
404 kcal	ブロッコリーとチーズのマヨサラダ	ブロッコリー チーズ マヨネーズ 砂糖 塩 こしょう 白ワイン
11/22 (金)	炊き込みごはん	鶏肉 しめじ 椎茸 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	豆腐の中華あんかけ	豆腐 人参 生姜 中華だし 醤油 砂糖 ごま油 片栗粉
	ジャーマンポテト	じゃがいも ベーコン パセリ にんにく コンソメ 塩 こしょう
	キャベツと糸昆布の煮物	キャベツ 糸昆布 だし 醤油 砂糖 みりん
349 kcal	糸ごんの味噌和え	糸ごんにやく すりゴマ 味噌 砂糖 みりん
11/25 (月)	白ごはん	米
	牛肉のクリーム煮	牛肉 玉ねぎ コーン 人参 コンソメ マーガリン (バター) クリーム/レウ 牛乳 塩 こしょう
	卵焼き	卵 だし 醤油 みりん
	れんごんのフライ	れんこん 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油
403 kcal	さつまいもきな粉	さつまいも きな粉 砂糖 塩

11/26 (火)	キャロットライス	米 人参 マーガリン (バター) コンソメ 塩
	ハンバーグ きのことあん	牛肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 塩 えのき 人参 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	スパゲティガーリック炒め	スパゲティ 玉ねぎ にんにく コンソメ 醤油 塩 こしょう
	グリーンピースの甘煮	グリーンピース だし 砂糖 塩
	ほうれん草とかにかまのマヨサラダ	ほうれん草 かにかま マヨネーズ 醤油 砂糖 塩 こしょう
412 kcal		
11/27 (水)	白ごはん	米
	イカ磯辺フライ	イカ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 あおさ 油
	金時豆	金時豆 醤油 砂糖 塩
	金平ごぼう	ごぼう 人参 白ゴマ だし 醤油 砂糖 みりん 酒 ごま油
	こぶき芋	じゃがいも 塩
386 kcal		
11/28 (木)	白ごはん	米
	唐揚げ レモン風味	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 酒 塩 こしょう 小麦粉 片栗粉 ごま油 油 レモン果汁 砂糖
	わかめの生姜煮	わかめ 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	がんもといんげんの含め煮	がんも いんげん だし 醤油 砂糖 みりん
	春雨とじゃこの中華サラダ	春雨 ちりめんじゃこ 油 人参 中華だし 酢 醤油 砂糖 ごま油
515 kcal		
11/29 (金)	白ごはん	米
	ポークケチャップソテー	豚肉 玉ねぎ バジル ケチャップ ソース 砂糖 塩 こしょう
	手作りひじきコロッケ	牛肉 豚肉 ひじき じゃがいも 玉ねぎ スキムミルク 牛乳 砂糖 酒 塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 油
	大豆の煮物	大豆 れんこん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
	チンゲン菜と人参のお浸し	チンゲン菜 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
391 kcal		

※魚料理は骨なしのものを使用しておりますが、骨が入っている場合もございますので、気を付けてお召し上がりください。

仕入れの都合によりメニュー、原材料（アレルギー含む）に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。

株式会社 富喜屋

## 材料表

## アレルギーA

卵 (つなぎ〇) , マヨ 除去食

日程	献立	原材料
11/01 (金)	白ごはん	米
	鶏肉の唐揚げ*	鶏肉 塩 こしょう 醤油 砂糖 酒 片栗粉 油
	グリーンピースの甘煮*	グリーンピース 砂糖 塩
	さつま揚げの煮物	花形さつま (玉ねぎ・人参含む) だし 醤油 砂糖 みりん
	春雨の和風サラダ	春雨 ほうれん草 かにかま 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
11/05 (火)	白ごはん	米
	鮭の塩焼き	鮭 塩
	添えブロッコリー	ブロッコリー 塩
	豚肉と切干大根の甘辛炒め	豚肉 切干大根 椎茸 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒 油
11/06 (水)	揚げ里芋の中華和え	里芋 油 白ゴマ 中華だし 酢 醤油 砂糖 塩 ごま油
	白ごはん	米
	トンカツ ソース	豚肉 小麦粉 パン粉 塩 こしょう 油 ソース
	ひじきの煮物	ひじき いんげん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	かぼちゃの甘煮	かぼちゃ 砂糖 塩 *
11/07 (木)	水菜と人参の白和え	水菜 人参 豆腐 すりゴマ 味噌 だし 醤油 砂糖 みりん
	ゆかりごはん	米 赤しそ 食塩 砂糖 アミノ酸 りんご酸
	回鍋肉	豚肉 キャベツ 生姜 にんにく 中華だし オイスターソース テンメンジャン 味噌 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩 *
	厚揚げのそぼろあん	厚揚げ 鶏ミンチ だし 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
11/08 (金)	なすの揚げ浸し	なす 油 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん
	白ごはん	米
	イカと野菜のバター醤油	イカ 小松菜 玉ねぎ 人参 コンソメ マーガリン (バター) 醤油 酒 塩 こしょう
	大学芋	さつまいも 黒ゴマ 穀物酢 砂糖 塩 油
	カリフラワーのカレー風味	カリフラワー カレー粉 コンソメ 醤油 みりん
11/11 (月)	きのこのマリネ	しめじ えのき 人参 レモン果汁 オリーブ油 砂糖 塩 こしょう
	白ごはん	米
	ハンバーグ ケチャップ	牛肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 塩 ケチャップ
	揚げじゃこ豆	大豆 ちりめんじゃこ 油 白ゴマ 醤油 砂糖 みりん
	糸こんにゃく人参の金平	糸こんにゃく 人参 だし 醤油 砂糖 みりん ごま油
11/12 (火)	ひじきの煮物*	ひじき 人参 醤油 砂糖 みりん
	白ごはん	米
	唐揚げ	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 酒 ごま油 塩 こしょう 小麦粉 片栗粉 油
	マカロニ (野菜) のクリーム煮	マカロニ (トマト・ほうれん草含む) コンソメ マーガリン (バター) クリームルウ
11/13 (水)	白菜と人参の煮浸し	白菜 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
	きのこのガーリック炒め*	しめじ えのき 人参 にんにく 醤油 塩 こしょう
	鶏ごぼうごはん	米 鶏肉 ごぼう だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	鯖のカレー風煮	鯖 カレー粉 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	高野豆腐のえびあんかけ	高野豆腐 むきえび だし 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	ブロッコリーの塩ゆで*	ブロッコリー 塩
11/13 (水)	かぼちゃの天ぷら	かぼちゃ 小麦粉 塩 油
	人参とレーズンのマリネ	人参 レーズン オリーブ油 酢 砂糖 塩 こしょう

11/14 (木)	白ごはん	米
	和風スパゲティ	スパゲティ ベーコン ほうれん草 しめじ 人参 にんにく だし 醤油 みりん 塩 こしょう
	手作りコロッケ	牛肉 豚肉 じゃがいも 玉ねぎ スキムミルク 牛乳 砂糖 酒 塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 油
	ひじきの煮物	ひじき いんげん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	キャベツと油揚げのお浸し*	キャベツ 油揚げ 醤油 砂糖 みりん
11/15 (金)	白ごはん	米
	牛肉の味噌煮込み	牛肉 油揚げ 人参 味噌 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	ちくわの天ぷら	ちくわ 小麦粉 塩 油
	もやしと塩昆布のナムル	もやし 塩昆布 人参 中華だし 醤油 砂糖 ごま油
	水菜とえのきの胡麻和え	水菜 えのき 白ゴマ だし 醤油 砂糖 みりん
11/18 (月)	白ごはん	米
	豚肉のしぐれ煮*	豚肉 ごぼう 生姜 醤油 砂糖 みりん
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩 *
	バターコーン	コーン パセリ マーガリン (バター) 砂糖 塩 こしょう
	わかめとツナの酢の物	わかめ ツナ 人参 すりゴマ だし 酢 醤油 砂糖 みりん 塩
11/19 (火)	白ごはん	米
	おでん風 (肉団子・大根・厚揚げ・さつま揚げ)	牛肉 豚肉 玉ねぎ 生姜 鶏卵 酒 パン粉 塩 こしょう ごま油 片栗粉 大根 厚揚げ 花形さつま (玉ねぎ・人参含む) だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	さつまいもの素揚げ	さつまいも 油 塩 *
	焼きビーフン	ビーフン チンゲン菜 ハム 人参 中華だし 醤油 塩 こしょう ごま油
	揚げなすのポン酢和え	なす 油 ポン酢 醤油 砂糖 みりん
11/20 (水)	白ごはん	米
	鶏肉の照り焼き	鶏肉 醤油 砂糖 みりん 酒
	小松菜とかまぼこの煮浸し	小松菜 かまぼこ だし 醤油 砂糖 みりん
	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖 塩
	カリフラワーの香味漬け	カリフラワー パセリ 醤油 みりん
11/21 (木)	白ごはん	米
	白身魚の天ぷら ソース	カレイ 小麦粉 塩 油 ソース
	かぼちゃのグラッセ	かぼちゃ マーガリン (バター) 砂糖 塩
	豚肉と切干大根の甘辛煮	豚肉 切干大根 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	ブロッコリーの塩ゆで*	ブロッコリー 塩
11/22 (金)	炊き込みごはん	鶏肉 しめじ 椎茸 人参 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	豆腐の中華あんかけ	豆腐 人参 生姜 中華だし 醤油 砂糖 ごま油 片栗粉
	ジャーマンポテト	じゃがいも ベーコン パセリ にんにく コンソメ 塩 こしょう
	キャベツと糸昆布の煮物	キャベツ 糸昆布 だし 醤油 砂糖 みりん
	糸ごんの味噌和え	糸ごんにゃく すりゴマ 味噌 砂糖 みりん
11/25 (月)	白ごはん	米
	牛肉のクリーム煮	牛肉 玉ねぎ コーン 人参 コンソメ マーガリン (バター) クリームルウ 牛乳 塩 こしょう
	ひじきの煮物*	ひじき 人参 醤油 砂糖 みりん
	れんごんのフライ	れんこん 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 油
	さつまいもきな粉	さつまいも きな粉 砂糖 塩
11/26 (火)	キャロットライス	米 人参 マーガリン (バター) コンソメ 塩
	ハンバーグ きのごあん	牛肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 塩 えのき 人参 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	スパゲティガーリック炒め	スパゲティ 玉ねぎ にんにく コンソメ 醤油 塩 こしょう
	グリーンピースの甘煮	グリーンピース だし 砂糖 塩
	ほうれん草と人参のお浸し*	ほうれん草 人参 醤油 砂糖 みりん

11/27 (水)	白ごはん	米
	イカ磯辺フライ	イカ 塩 こしょう 小麦粉 パン粉 あおさ 油
	金時豆	金時豆 醤油 砂糖 塩
	金平ごぼう	ごぼう 人参 白ゴマ だし 醤油 砂糖 みりん 酒 ごま油
	こぶき芋	じゃがいも 塩
	ビーフンのカレー風味*	ビーフン アレルギーカレー粉 醤油 塩 こしょう
11/28 (木)	白ごはん	米
	唐揚げ レモン風味	鶏肉 にんにく 生姜 醤油 酒 塩 こしょう 小麦粉 片栗粉 ごま油 油 レモン果汁 砂糖
	わかめの生姜煮	わかめ 生姜 だし 醤油 砂糖 みりん 酒
	がんもといんげんの含め煮	がんも いんげん だし 醤油 砂糖 みりん
	春雨とじゃこの中華サラダ	春雨 ちりめんじゃこ 油 人参 中華だし 酢 醤油 砂糖 ごま油
11/29 (金)	白ごはん	米
	ポークケチャップソテー	豚肉 玉ねぎ バジル ケチャップ ソース 砂糖 塩 こしょう
	手作りひじきコロッケ	牛肉 豚肉 ひじき じゃがいも 玉ねぎ スキムミルク 牛乳 砂糖 酒 塩 こしょう 鶏卵 小麦粉 パン粉 油
	大豆の煮物	大豆 れんこん 人参 だし 醤油 砂糖 みりん
	チンゲン菜と人参のお浸し	チンゲン菜 人参 だし 醤油 砂糖 みりん

※魚料理は骨なしのものを使用しておりますが、骨が入っている場合もございますので、気を付けてお召し上がりください。

仕入れの都合によりメニュー、原材料（アレルゲン含む）に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。

株式会社 富喜屋



## 材料表

## アレルギーB

マヨ,卵(つなぎ×),乳,えび,かに,いか,たこ,魚,貝,ごま,山芋・里芋,筍,キウイ,バナナ,  
パイン 除去食

日程	献立	原材料
11/01 (金)	白ごはん	米
	鶏肉の唐揚げ*	鶏肉 塩 こしょう 醤油 砂糖 酒 片栗粉 油
	グリーンピースの甘煮*	グリーンピース 砂糖 塩
	高野豆腐のそぼろ煮	高野豆腐 豚ミンチ 醤油 砂糖 みりん 酒
	白菜と人参の煮浸し	白菜 人参 醤油 砂糖 みりん
	春雨とわかめの酢の物	春雨 わかめ 穀物酢 醤油 砂糖 みりん 塩
11/05 (火)	白ごはん	米
	豚肉団子 甘酢あん	豚ミンチ 玉ねぎ 小麦粉 アレルギーパン粉 油 穀物酢 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 塩 こしょう
	ブロッコリーの塩ゆで	ブロッコリー 塩
	切干大根の煮物	切干大根 人参 醤油 砂糖 みりん
	赤ピーマンの甘辛炒め煮	赤ピーマン 醤油 砂糖 みりん 油
	さつまいもきな粉	さつまいも きな粉 砂糖 塩
11/06 (水)	白ごはん	米
	トンカツ ケチャップ	豚肉 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう 油 ケチャップ
	ひじきの煮物	ひじき 人参 醤油 砂糖 みりん
	かぼちゃの甘煮	かぼちゃ 砂糖 塩
	小松菜の白和え	小松菜 豆腐 味噌 醤油 砂糖 みりん
	マカロニソテー	マカロニ 人参 醤油 塩 こしょう
11/07 (木)	白ごはん	米
	豚肉とキャベツの豆乳味噌煮	豚肉 キャベツ 人参 味噌 豆乳 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩
	揚げなすのそぼろ煮	なす 油 豚ミンチ 醤油 砂糖 みりん
	ヤングコーンのガーリック炒め	ヤングコーン パセリ にんにく 醤油 塩 こしょう
いんげんのお浸し	いんげん 醤油 砂糖 みりん	
11/08 (金)	白ごはん	米
	豚肉の天ぷら カレーソース	豚肉 小麦粉 油 玉ねぎ アレルギーカレー粉 醤油 砂糖 みりん 塩 片栗粉
	大根と油揚げの煮物	大根 油揚げ 醤油 砂糖 みりん
	金平ごぼう	ごぼう 人参 醤油 砂糖 みりん
	カリフラワーとわかめの和え物	カリフラワー わかめ 醤油 砂糖 みりん
春雨の和風炒め	春雨 えのき 人参 醤油 塩 こしょう 油	
11/11 (月)	白ごはん	米
	豚肉ハンバーグ 照り焼き	豚ミンチ 玉ねぎ 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	かぼちゃの甘煮	かぼちゃ 砂糖 塩
	焼きビーフン	ビーフン 豚肉 キャベツ 人参 醤油 塩 こしょう
	ひじきの煮物*	ひじき 人参 醤油 砂糖 みりん
グリーンピースの塩ゆで	グリーンピース 塩	
11/12 (火)	白ごはん	米
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉 塩 こしょう 醤油 砂糖 酒 片栗粉 油
	切干大根の煮物	切干大根 人参 醤油 砂糖 みりん
	チンゲン菜の白和え	チンゲン菜 豆腐 味噌 醤油 砂糖 みりん
	きのこのガーリック炒め*	しめじ えのき 人参 にんにく 醤油 塩 こしょう
こぶき芋(パセリ)	じゃがいも パセリ 塩	

11/13 (水)	白ごはん	米
	豚肉のカレースープ煮	豚肉 コーン 人参 生姜 アレルギーカレー粉 醤油 酒 塩 こしょう 片栗粉
	厚揚げの肉味噌煮	厚揚げ 豚ミンチ 味噌 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	ブロッコリーの塩ゆで*	ブロッコリー 塩
	なすの天ぷら	なす 小麦粉 塩 油
	ピーマンのソテー	ピーマン 醤油 塩 こしょう
11/14 (木)	白ごはん	米
	ミートソースマカロニ	マカロニ 豚ミンチ 玉ねぎ にんにく ホールトマト ケチャップ 醤油 砂糖 塩 こしょう
	コロッケ	じゃがいも 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう 油
	れんこんと人参の甘辛炒め	れんこん 人参 醤油 砂糖 みりん
	キャベツと油揚げのお浸し*	キャベツ 油揚げ 醤油 砂糖 みりん
	わかめの生姜煮	わかめ 生姜 醤油 砂糖 みりん
11/15 (金)	白ごはん	米
	牛肉の味噌煮込み	牛肉 油揚げ 人参 味噌 醤油 砂糖 みりん 酒
	かぼちゃの天ぷら	かぼちゃ 小麦粉 塩 油
	春雨のそばろ煮	春雨 豚ミンチ 醤油 砂糖 みりん
	小松菜と人参の和え物	小松菜 人参 醤油 砂糖 みりん
	ヤングコーンのガーリック炒め	ヤングコーン パセリ にんにく 醤油 塩 こしょう
11/18 (月)	白ごはん	米
	豚肉のしぐれ煮*	豚肉 ごぼう 生姜 醤油 砂糖 みりん
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩
	コーンの甘煮	コーン 砂糖 塩
	わかめとえのきの酢の物	わかめ えのき 穀物酢 醤油 砂糖 みりん 塩
	れんこんチップ	れんこん 油 塩
11/19 (火)	白ごはん	米
	おでん風 (豚肉団子・大根・厚揚げ)	豚ミンチ 玉ねぎ アレルギーパン粉 塩 こしょう 小麦粉 片栗粉 油 大根 厚揚げ 醤油 砂糖 みりん 酒
	さつまいもの素揚げ	さつまいも 油 塩
	ビーフンの野菜炒め	ビーフン ほうれん草 人参 にんにく 醤油 塩 こしょう
	揚げなすのお浸し	なす 油 醤油 砂糖 みりん
	グリーンピースの甘煮	グリーンピース 砂糖 塩
11/20 (水)	白ごはん	米
	鶏肉のトマト煮	鶏肉 玉ねぎ ホールトマト ケチャップ 砂糖 塩 こしょう
	チンゲン菜と人参の煮浸し	チンゲン菜 人参 醤油 砂糖 みりん
	マカロニきな粉	マカロニ きな粉 砂糖 塩
	カリフラワーの甘煮	カリフラワー 砂糖 塩
	ふかしかぼちゃ	かぼちゃ 塩
11/21 (木)	白ごはん	米
	トンカツ 生姜あん	豚肉 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう 油 生姜 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	ブナピーの香味和え	ブナピー 玉ねぎ パセリ 醤油 砂糖 みりん
	切干大根の甘辛煮	切干大根 人参 醤油 砂糖 みりん
	ブロッコリーの塩ゆで*	ブロッコリー 塩
	いんげんのガーリック炒め	いんげん にんにく 醤油 塩 こしょう 油
11/22 (金)	白ごはん	米
	和風マーボー厚揚げ風	厚揚げ 豚ミンチ 玉ねぎ 味噌 にんにく 生姜 醤油 砂糖 みりん 酒 片栗粉
	カットコーン	コーン 塩
	キャベツとわかめの酢の物	キャベツ わかめ 穀物酢 醤油 砂糖 みりん 塩
	春雨のカレー炒め	春雨 人参 アレルギーカレー粉 醤油 塩 こしょう 油
	赤ピーマンとえのきの和え物	赤ピーマン えのき 醤油 砂糖 みりん



11/25 (月)	白ごはん	米
	豚肉の天ぷら 和風あん	豚肉 小麦粉 油 醤油 砂糖 みりん 片栗粉 塩
	ひじきの煮物*	ひじき 人参 醤油 砂糖 みりん
	れんこんと人参の金平	れんこん 人参 醤油 砂糖 みりん
	さつまいものレモン煮	さつまいも レモン果汁 砂糖 塩
	グリーンピースの塩ゆで	グリーンピース 塩
11/26 (火)	白ごはん	米
	豚肉ハンバーグ ケチャップ	豚ミンチ 玉ねぎ 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう ケチャップ
	きのこの生姜煮	しめじ えのき 油揚げ 生姜 醤油 砂糖 みりん
	フライドポテト	じゃがいも 油 塩
	ほうれん草と人参のお浸し*	ほうれん草 人参 醤油 砂糖 みりん
	なすの天ぷら	なす 小麦粉 塩 油
11/27 (水)	白ごはん	米
	牛肉のすき焼き風	牛肉 白菜 玉ねぎ 麩 醤油 砂糖 みりん
	高野豆腐の含め煮	高野豆腐 醤油 砂糖 みりん
	金平ごぼう	ごぼう 人参 醤油 砂糖 みりん
	ブロッコリー天	ブロッコリー 小麦粉 塩 油
	ビーフンのカレー風味*	ビーフン アレルギーカレー粉 醤油 塩 こしょう
11/28 (木)	白ごはん	米
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉 醤油 砂糖 酒 塩 こしょう 片栗粉 油
	わかめと黄ピーマンの煮物	わかめ 黄ピーマン 醤油 砂糖 みりん
	厚揚げのおろし煮	厚揚げ 大根 醤油 砂糖 みりん 片栗粉
	キャベツと人参の和え物	キャベツ 人参 醤油 砂糖 みりん
	カリフラワーの甘煮	カリフラワー 砂糖 塩
11/29 (金)	白ごはん	米
	豚肉の塩レモン煮	豚肉 玉ねぎ コーン パセリ にんにく レモン果汁 醤油 塩 こしょう
	コロッケ	じゃがいも 小麦粉 アレルギーパン粉 塩 こしょう 油
	切干大根の甘辛煮	切干大根 人参 醤油 砂糖 みりん
	かぼちゃのオリーブ風味	かぼちゃ オリーブ油 塩
	小松菜の白和え	小松菜 豆腐 味噌 醤油 砂糖 みりん

仕入れの都合によりメニュー、原材料（アレルゲン含む）に変更が生じる場合があります。予めご了承くださいませ。