

献立予定(実施)表

(2021年 3月 1日~2021年 3月 7日)

3月 1日 (月)	3月 2日 (火)	3月 3日 (水)	3月 4日 (木)	3月 5日 (金)	3月 6日 (土)	3月 7日 (日)
E 447kcal 蛋白 21.6g 脂質 13.6g 炭水 56.4g 鉄 1.6mg 食塩 1.2g	E 431kcal 蛋白 15.1g 脂質 16.1g 炭水 56.5g 鉄 3.0mg 食塩 1.8g	E 446kcal 蛋白 15.4g 脂質 14.0g 炭水 65.0g 鉄 2.1mg 食塩 1.3g	E 454kcal 蛋白 16.2g 脂質 10.0g 炭水 71.4g 鉄 1.9mg 食塩 1.8g	E 494kcal 蛋白 16.8g 脂質 15.2g 炭水 70.5g 鉄 1.6mg 食塩 1.6g	E 483kcal 蛋白 18.2g 脂質 14.2g 炭水 68.1g 鉄 1.7mg 食塩 1.1g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■白身魚のバター醤油焼き ホキ骨なし切身 8.0g 1/2切 料理酒(1.8L) 0.6g 濃口しょうゆ(1.8L) 1.6g みりん(1.8L) 0.6g 無塩バター(450g) 2.0g ■白菜のお浸し はくさい(生) 33.0g ◇にんじん(生) 4.0g 惣菜用湯 3.0g 糸かつお(210g) 0.8g 上白糖(1kg) 0.8g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g 風味だし汁 4.0g ■かき玉汁 ◇玉ねぎ(生) 10.5g 煮込みちくわ(55g・冷凍) 4.0g みつば(生) 1.0g 玉子L (64g×10個入) 8.0g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 塩 適量	■イエローロール イエローロール(40g)2p×1 1/2n` ッカ マーマレード瓶(780g) 4.5g ■コロッケ 牛肉コロッケ(70g) 1/2個 植物油(一斗缶・F680) 4.0g とんかつソース(1.8L) 5.0g ■豆菜サラダ 水煮大豆(1000g) 6.0g ◇にんじん(生) 5.0g チンゲンサイ(生) 28.0g ツナ缶(185g) 4.0g 焙煎ごまだれ(キョコマソ・1L) 4.0g ■コンソメスープ コンソメ(500g) 0.8g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 3.0g ◇にんじん(生) 3.0g	■ひなちらし寿司 ◇精白米(10kg)国産 45.0g 酢(1.8L) 3.6g 上白糖(1kg) 1.8g 塩 適量 冷凍・鮭フレーク(500g) 8.4g 干し椎茸(スライス1kg) 1.0g ◇にんじん(生) 6.0g うす口しょうゆ(1.8L) 1.5g 上白糖(1kg) 1.0g ひななまぼこ(おひなさま) 6.0g ひななまぼこ(おだいらさ) 6.0g きゅうり(生) 5.0g 塩 適量 きざみのり(100g) 0.6g 錦糸玉子(手焼き・500g) 6.0g ■ほうれん草のツナマヨ和え IQFほうれん草(冷凍) 32.5g ◇にんじん(生) 4.0g ツナ缶(185g) 6.0g マヨネーズ(1kg) 4.0g ■すまし汁 花麩(500g) 1.0g みつば(生) 1.0g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 塩 適量	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■肉じゃが ◇牛肉(薄切り)がてら・脂 15.0g メーカーイン(生) 25.0g ◇玉ねぎ(生) 15.0g ◇にんじん(生) 4.0g ◇グリーンピース(1kg・冷凍) 3.0g なたね油(1350g・ボトル) 0.2g 上白糖(1kg) 3.5g みりん(1.8L) 2.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 3.0g ■わかめのさっぱりサラダ だいこん(生) 20.0g ◇にんじん(生) 2.6g カットわかめ 0.6g かに風味かまぼこ(フレーク・5) 4.0g ポン酢(1.8L) 3.6g なたね油(1350g・ボトル) 1.0g 塩 適量 ■麩の味噌汁 おつゆ麩(1kg) 1.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇にんじん(生) 5.4g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■ふりかけご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g 菜めしのもと(250g) 1.0g ■コーンラーメン 中華そば(ゆで130g) 1/4玉 豚小間(ゆで)500g 12.0g チンゲンサイ(生) 15.0g 成田もやし250g(生) 5.0g ◇にんじん(生) 3.0g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 6.0g 水 123.0g 粉末チキンスープ(1kg) 0.8g 塩 適量 濃口しょうゆ(1.8L) 2.5g ■ブロッコリーのごま和え ●ブロッコリーS(南米産・25.0g) 25.0g ◇にんじん(生) 4.0g 上白糖(1kg) 0.8g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g ごま(いり・白) 0.3g ■オレンジ バレンシアオレンジ(生) 1/4玉	■親子丼 ◇精白米(10kg)国産 55.0g 玉子L (64g×10個入) 20.0g 鶏もも こま切れ(生) 25.0g ◇玉ねぎ(生) 30.0g 葉ねぎ(生) 1.0g 上白糖(1kg) 0.5g みりん(1.8L) 0.5g 濃口しょうゆ(1.8L) 1.0g うす口しょうゆ(1.8L) 1.0g 料理酒(1.8L) 1.5g 風味だし汁 10.0g ■あっさりキャベツ キャベツ(生) 26.2g ◇にんじん(生) 5.0g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 5.0g 塩 適量 ごま(いり・白) 0.5g ■ごぼうの味噌汁 ささがきごぼう(冷凍) 5.0g ◇にんじん(生) 5.4g だいこん(生) 8.0g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■チヂミ ◇豚ひき肉 7.0g にら(生) 3.0g ◇玉ねぎ(生) 7.0g 玉子L (64g×10個入) 3.5g 小麦粉(2kg) 10.0g 水 14.0g だしの素(1000g) 0.1g 塩 適量 ごま油(1650g) 1.0g ポン酢(1.8L) 3.0g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■きなこバナナ バナナ(生) 1/3本 メープルシロップ(1L) 5.0g きな粉(200g) 3.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ひなゼリー ひなまつり三色ゼリー(50g) 1個	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ホットケーキ ホットケーキミックス(1kg) 13.0g 玉子L (64g×10個入) 3.0g 大山まきば1000ml(遠州屋) 10.0g メープルシロップ(1L) 2.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ふのラスク おつゆ麩(1kg) 8.0g ●マーガリン(1kg) 8.0g 上白糖(1kg) 6.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■市販菓子 満月ボン(3g×26) 2枚 ビスコ((4.1g×5枚)×3pc) 1枚	

献立予定(実施)表

(2021年 3月 8日~2021年 3月14日)

3月 8日 (月)	3月 9日 (火)	3月10日 (水)	3月11日 (木)	3月12日 (金)	3月13日 (土)	3月14日 (日)
E 518kcal 蛋白 19.0g 脂質 18.9g 炭水 65.1g 鉄 1.8mg 食塩 1.4g	E 430kcal 蛋白 18.7g 脂質 10.8g 炭水 62.6g 鉄 3.7mg 食塩 1.4g	E 557kcal 蛋白 21.0g 脂質 26.1g 炭水 56.6g 鉄 1.7mg 食塩 1.3g	E 544kcal 蛋白 21.9g 脂質 21.7g 炭水 62.1g 鉄 2.9mg 食塩 2.4g	E 467kcal 蛋白 18.4g 脂質 15.9g 炭水 60.1g 鉄 1.3mg 食塩 1.1g		
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 40.0g ■チンジャオロース ◇牛肉(薄切り)ｸﾞ+ﾊﾞﾗ・脂 25.0g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 上白糖(1kg) 0.3g ごま油(1650g) 0.5g なたね油(1350g・ボトル) 0.5g ◇玉ねぎ(生) 15.0g ピーマン(生) 10.0g パプリカ(黄) 4.0g パプリカ(赤) 4.0g たけのこ(水煮缶詰) 8.0g なたね油(1350g・ボトル) 3.0g うす口しょうゆ(1.8L) 1.0g 上白糖(1kg) 0.4g 料理酒(1.8L) 0.1g ごま油(1650g) 0.5g ■焼売 お弁当 肉焼売(13g×50) 2個 ■中華風コーンスープ クリームコーン(380g) 15.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g 粉末チキンスープ(1kg) 0.8g パセリ缶(50g・乾燥) 0.1g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 40.0g ■牛肉とごぼうの甘辛煮 ◇牛肉(薄切り)ｸﾞ+ﾊﾞﾗ・脂 25.0g ささがきごぼう(冷凍) 10.0g ◇玉ねぎ(生) 25.0g ◇にんじん(生) 5.0g インゲン(ホール・5g・冷) 2.0g 上白糖(1kg) 3.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 3.0g みりん(1.8L) 1.5g ■ほうれん草のじゃこ和え ちりめんじゃこ 2.0g ◇カットほうれん草(1kg・28.6g) 28.6g ◇にんじん(生) 3.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g 風味だし汁 0.3g 糸かつお(210g) 0.3g ■油揚げの味噌汁 惣菜用揚 2.2g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ほんしめじ(生) 5.0g 葉ねぎ(生) 1.5g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■☆お誕生会・お別れ会☆ ■食パン 食パン(33g×12枚切 1斤)ｷ 1枚 いちごジャム瓶(780g) 4.5g ■ハンバーグ ◇合挽き肉 38.8g 木綿豆腐(340g) 5.0g ◇玉ねぎ(生) 10.0g パン粉(1kg・乾燥) 2.5g 玉子L (64g×10個入) 4.0g 大山まきば1000ml(遠州屋) 4.0g 塩 適量 こしょう(300g) 0.1g なたね油(1350g・ボトル) 0.4g トマトケチャップ(1kg・ポ) 3.0g ■マカロニサラダ マカロニ(細・4kg) 6.7g ◇にんじん(生) 5.0g ◇カットほうれん草(1kg・6.0g) 6.0g マヨネーズ(1kg) 4.0g ■コンソメスープ コンソメ(500g) 0.8g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.5g キャベツ(生) 10.0g ◇にんじん(生) 5.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 40.0g ■鯖の味噌煮 さば骨なし切身80g 1/2切 料理酒(1.8L) 1.6g 上白糖(1kg) 2.4g みりん(1.8L) 1.3g 関西風白みそ(500g) 4.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 2.0g 風味だし汁 4.0g ■白菜の和風マヨ和え はくさい(生) 33.0g ◇にんじん(生) 5.0g マヨネーズ(1kg) 5.0g みりん(1.8L) 0.3g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g ごま(いり・白) 0.1g ■にゅうめん汁 ｽｰﾌﾟ ほうめん(1kg) 6.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g 丸赤ｶﾞﾗﾝｺ(5.5g×30枚)5mm 5.0g 葉ねぎ(生) 1.0g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 塩 適量	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 40.0g ■中華風ローストチキン 鶏もも20g(生) 2枚 ◇玉ねぎ(生) 15.0g しょうが(おろし・1kg) 0.1g みりん(1.8L) 0.5g 濃口しょうゆ(1.8L) 2.5g ごま(いり・白) 0.3g ごま油(1650g) 0.5g ■チンゲン菜の中華和え チンゲンサイ(生) 32.5g ◇にんじん(生) 3.6g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 3.0g ごま油(1650g) 0.6g 上白糖(1kg) 0.5g 塩 適量 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g ■春雨スープ 普通はるさめ(馬鈴薯) 4.4g ◇にんじん(生) 5.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g にら(生) 4.0g 粉末チキンスープ(1kg) 0.8g 塩 適量		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ジャムクラッカーサンド ﾙﾞﾞﾞﾞ(約3.9g×13×3) 4枚 いちごジャム瓶(780g) 4.0g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■ちんすこう 小麦粉(2kg) 9.0g 上白糖(1kg) 3.7g なたね油(1350g・ボトル) 3.7g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ケーキアラモード バナナ(生) 3.0g 小麦粉(2kg) 9.6g ﾊﾞｰｷﾝｸﾞﾊﾞｶﾞ(450g・小) 0.1g 炭酸ﾄﾘｯﾌﾟ(重曹100g) 適量 ●マーガリン(1kg) 5.9g 上白糖(1kg) 6.4g 玉子L (64g×10個入) 5.6g 大山まきば1000ml(遠州屋) 2.4g 冷凍ホイップ(1000ml) 6.0g みかん缶(2号缶480g) 6.0g 粉糖(200g) 0.5g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■タルタルトースト 食パン(33g×12枚切 1斤) 2/4枚 タルタルソース(1kg) 10.2g プレスハム(白角・500g)ｷ 7.5g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■みかんヨーグルト 六甲山ﾌﾞﾚｰﾝﾖｰｸﾞﾙﾄ(500g) 70.0g みかん缶(1号缶1700g) 10.0g 上白糖(1kg) 5.0g		

献立予定(実施)表

(2021年 3月15日～2021年 3月21日)

3月15日(月)	3月16日(火)	3月17日(水)	3月18日(木)	3月19日(金)	3月20日(土)	3月21日(日)
E 532kcal 蛋白 20.2g 脂質 12.3g 炭水 83.2g 鉄 1.9mg 食塩 1.0g	E 534kcal 蛋白 19.7g 脂質 19.0g 炭水 67.3g 鉄 3.5mg 食塩 1.3g	E 557kcal 蛋白 19.6g 脂質 15.2g 炭水 83.5g 鉄 1.9mg 食塩 2.4g	E 464kcal 蛋白 21.6g 脂質 13.7g 炭水 60.7g 鉄 3.8mg 食塩 1.6g	E 410kcal 蛋白 18.1g 脂質 10.7g 炭水 58.1g 鉄 2.1mg 食塩 1.7g	E kcal 蛋白 g 脂質 g 炭水 g 鉄 mg 食塩 g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g			
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■中華丼 ◇精白米(10kg)国産 55.0g 豚小間(肉)500g 25.0g ◇玉ねぎ(生) 19.0g ◇にんじん(生) 5.7g はくさい(生) 28.5g しいたけ(冷凍) 5.7g なたね油(1350g・ボトル) 0.1g 粉末チキンスープ(1kg) 0.9g みりん(1.8L) 1.9g 濃口しょうゆ(1.8L) 適量 塩 適量 片栗粉(2kg) 0.7g ■春雨サラダ 緑豆はるさめ(500g) 1.8g ◇にんじん(生) 3.0g きゅうり(生) 20.8g かに風味かまぼこ(7枚・5) 2.5g 塩 適量 濃口しょうゆ(1.8L) 0.2g 上白糖(1kg) 0.5g 酢(1.8L) 2.4g なたね油(1350g・ボトル) 0.5g ■チンゲン菜スープ カット青梗菜(冷凍) 15.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 4.0g 粉末チキンスープ(1kg) 0.8g 塩 適量	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■鶏肉の味噌焼き 鶏もも20g(生) 2枚 関西風白みそ(500g) 4.0g 上白糖(1kg) 1.6g 料理酒(1.8L) 4.0g ■ブロッコリーサラダ ●ブロッコリーS(南米産) 25.0g ◇にんじん(生) 5.0g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 4.0g 和風ドレッシング(1L・デリシャス) 4.0g ■小松菜のすまし汁 こまつな(生) 10.0g 絹ごし豆腐(340g) 8.0g ほんしめじ(生) 5.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 塩 適量	■ロールパン ロールパン(40g)2ポリエナル 1/2パック マーマレード瓶(780g) 10.0g ■ミートスパゲティ スパゲティ 10.8g 塩 適量 ◇合挽き肉 18.0g ◇にんじん(生) 5.0g ◇玉ねぎ(生) 20.0g ほんしめじ(生) 6.0g なたね油(1350g・ボトル) 0.7g トマトケチャップ(1kg・ポ) 12.0g トマトホール缶(2550g) 20.0g コンソメ(500g) 1.5g ■ほうれん草のサラダ ◇カットほうれん草(1kg・30.0g) 30.0g ◇にんじん(生) 4.0g ◇カーネルコーン(1kg・冷) 4.0g 焙煎ごまだれ(キャマン・1L) 4.0g ■オニオンスープ コンソメ(500g) 0.8g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.4g ◇にんじん(生) 5.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g パセリ缶(50g・乾燥) 適量	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■さわらのみぞれかけ さわら骨なし切身80g 1/2切 料理酒(1.8L) 1.0g だいこん(生) 10.0g みりん(1.8L) 0.3g うす口しょうゆ(1.8L) 1.0g レモン果汁(100%・720ml) 1.0g ■ひじきと大豆の煮物 芽ひじき(1kg・乾燥) 1.2g 水煮大豆(1000g) 10.0g 突きこんにやく(280g) 5.0g ◇にんじん(生) 4.0g 上白糖(1kg) 0.8g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.8g みりん(1.8L) 0.8g 風味だし汁 17.0g ■じゃが芋の味噌汁 メークイン(生) 10.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇にんじん(生) 5.4g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■牛肉の柳川風 ◇牛肉(薄切り)40g+パテ・脂 25.0g ◇玉ねぎ(生) 12.0g ささがきごぼう(冷凍) 9.0g ◇にんじん(生) 5.0g みつば(生) 1.5g 玉子L(64g×10個入) 20.0g 上白糖(1kg) 0.9g 濃口しょうゆ(1.8L) 1.9g 風味だし汁 20.0g ■キャベツのゆかり和え キャベツ(生) 25.0g ◇にんじん(生) 4.0g しその香(200g) 0.8g うす口しょうゆ(1.8L) 適量 ■揚げの味噌汁 惣菜用揚 2.0g ◇玉ねぎ(生) 8.0g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■春分の日 ■卒園式	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■マカロニきな粉 マカロニ(細・4kg) 14.0g きな粉(200g) 8.0g 上白糖(1kg) 8.0g 塩 適量	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■マドレーヌ 小麦粉(2kg) 10.0g 有塩バター(450g) 8.0g 上白糖(1kg) 8.0g ベーキングパウダー缶(450g・小) 適量 玉子L(64g×10個入) 10.0g レモン果汁(100%・720ml) 2.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■鮭おにぎり ◇精白米(10kg)国産 36.0g 冷凍・鮭フレーク(500g) 2.5g ごま(いり・白) 0.5g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■ホットドッグ ホットドッグ(40g)ポリエナル 1/3個 キャベツ(生) 8.0g ◇玉ねぎ(生) 4.0g カレー粉(400g) 0.1g 塩 適量 濃口しょうゆ(1.8L) 0.1g なたね油(1350g・ボトル) 0.8g ベーキングパウダー(25g×20本入) 1/3本 トマトケチャップ(1kg・ポ) 1.6g	■牛乳 普通牛乳(1L) 100.0g ■スティックケーキ ホットケーキミックス(1kg) 10.0g 玉子L(64g×10個入) 2.0g 普通牛乳(1L) 7.5g ダイスカットチーズ(1kg) 5.0g 上白糖(1kg) 2.5g		

献立予定(実施)表

(2021年 3月22日～2021年 3月28日)

3月22日(月)	3月23日(火)	3月24日(水)	3月25日(木)	3月26日(金)	3月27日(土)	3月28日(日)
E 558kcal 蛋白 21.0g 脂質 20.7g 炭水 68.1g 鉄 1.5mg 食塩 0.8g	E 440kcal 蛋白 18.3g 脂質 12.0g 炭水 62.8g 鉄 2.8mg 食塩 1.2g	E 588kcal 蛋白 16.5g 脂質 20.9g 炭水 81.2g 鉄 1.7mg 食塩 2.0g	E 524kcal 蛋白 20.7g 脂質 17.8g 炭水 68.1g 鉄 3.3mg 食塩 2.0g	E 495kcal 蛋白 17.8g 脂質 10.7g 炭水 69.2g 鉄 1.9mg 食塩 1.7g		
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■さわらのムニエル さわら骨なし切身 80g 1/2切 塩 適量 小麦粉(2kg) 4.0g なたね油(1350g・ボトル) 1.0g レモン(全果) 3.0g ■切干大根の煮物 切干しだいこん(500g) 4.0g 惣菜用揚 4.0g ◇にんじん(生) 3.0g 干し椎茸(スライス1kg) 0.5g なたね油(1350g・ボトル) 1.0g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 上白糖(1kg) 0.4g ■たまごスープ 玉子L (64g×10個入) 8.0g ◇玉ねぎ(生) 10.0g 葉ねぎ(生) 0.5g 粉末チキンスープ(1kg) 0.8g 塩 適量	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■鶏のマーメレード焼き 鶏もも20g(生) 2枚 濃口しょうゆ(1.8L) 2.2g マーメレード瓶(780g) 5.4g ■ブロッコリーのツナサラダ ●ブロッコリーS(南米産) 25.0g ツナ缶(185g) 5.0g ◇にんじん(生) 3.0g 焙煎ごまだれ(キッコーマン・1L) 4.0g ■大根の味噌汁 だいこん(生) 10.0g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ほんしめじ(生) 5.0g カットわかめ 0.2g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■豚肉とさつまいもの煮物 豚小間(デ)500g 20.0g さつまいも(生) 20.0g ◇玉ねぎ(生) 25.8g ◇にんじん(生) 4.0g ◇グリーンピース(1kg・冷凍) 1.0g なたね油(1350g・ボトル) 1.0g 上白糖(1kg) 3.5g みりん(1.8L) 2.0g うす口しょうゆ(1.8L) 5.5g ■キャベツの昆布和え キャベツ(生) 26.2g パプリカ(赤) 4.0g パプリカ(黄) 4.0g 和風ドレッシング(1L・デリシヤス) 2.0g 塩昆布(細切・70g) 1.0g ■豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐(340g) 10.0g ◇にんじん(生) 5.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■食パン 食パン(33g×12枚切 1斤)刺 1枚 ブルーベリージャム瓶(780 4.5g ■ツナオムレツ 玉子L (64g×10個入) 26.4g ツナ缶(大缶・1700g) 7.0g シュレッドチーズ(1kg) 7.0g ◇ミックスベジタブル(1kg) 10.5g ◇玉ねぎ(生) 10.5g 大山まきば1000ml(遠州屋) 10.0g こしょう(300g) 適量 塩 適量 なたね油(1350g・ボトル) 1.4g トマトケチャップ(1kg・ポ 3.5g ■スパゲティサラダ スパゲティ 7.2g プレスハム(白角・500g)チ 2.8g ほうれんそう(生) 5.0g ◇にんじん(生) 3.0g マヨネーズ(1kg) 4.0g 塩 適量 ■オニオンスープ コンソメ(500g) 0.8g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.5g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇にんじん(生) 5.4g パセリ缶(50g・乾燥) 0.1g	■ふりかけご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ふりかけ(おかか・250g) 1.0g ■肉うどん 細うどん(ゆで160g) 1/4玉 豚小間(デ)500g 20.0g ほうれんそう(生) 10.0g ◇玉ねぎ(生) 10.0g ◇にんじん(生) 4.0g うす口しょうゆ(1.8L) 6.0g みりん(1.8L) 2.0g 風味だし汁 123.0g ■南瓜の煮付け 西洋かぼちゃ(生) 34.4g 風味だし汁 16.8g 上白糖(1kg) 0.8g みりん(1.8L) 0.8g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g ◇グリーンピース(1kg・冷凍) 3.0g		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ココアケーキ 小麦粉(2kg) 9.6g ベーキングパウダー(450g・小) 0.1g 炭酸飲料(重曹100g) 適量 ●マーガリン(1kg) 5.9g 上白糖(1kg) 6.4g 玉子L (64g×10個入) 5.6g 大山まきば1000ml(遠州屋) 2.4g ココアパウダー(200g) 0.5g 粉糖(200g) 2.0g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■りんご寒天 粉末寒天(1kg) 0.3g 水 18.7g アップルジュース(1000ml) 49.0g 上白糖(1kg) 4.3g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■ごまクッキー 小麦粉(2kg) 16.0g ごま(白・黒) 0.3g ●マーガリン(1kg) 12.0g 上白糖(1kg) 5.5g 大山まきば1000ml(遠州屋) 0.7g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■きつねおにぎり ◇精白米(10kg)国産 36.0g 惣菜用揚 2.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 0.6g みりん(1.8L) 0.6g だしの素(1000g) 0.4g 青のり(30g) 0.1g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■きな粉蒸しパン きな粉(200g) 3.0g ホットケーキミックス(1kg) 16.0g 大山まきば1000ml(遠州屋) 10.0g		

3月29日(月)	3月30日(火)	3月31日(水)			
E 490kcal 蛋白 14.1g 脂質 12.4g 炭水 78.4g 鉄 1.5mg 食塩 2.2g	E 460kcal 蛋白 20.4g 脂質 13.6g 炭水 61.4g 鉄 3.1mg 食塩 1.5g	E 376kcal 蛋白 14.8g 脂質 11.6g 炭水 50.7g 鉄 1.4mg 食塩 1.0g			
朝食	朝食	朝食			
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g	■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g			
昼食	昼食	昼食			
■ハヤシライス ◇精白米(10kg)国産 55.0g ◇牛肉(薄切り)ケチャップ・脂 13.0g ◇玉ねぎ(生) 30.0g ◇にんじん(生) 10.0g ほんしめじ(生) 4.0g なたね油(1350g・ボトル) 1.4g 水 50.0g コンソメ(500g) 0.2g トマトケチャップ(1kg・ポ 2.0g 上白糖(1kg) 2.0g 塩 適量 ビーフシチュールー(ハウ 6.0g ハヤシブレイク(1kg) 6.0g ■フレンチサラダ キャベツ(生) 26.2g ◇にんじん(生) 4.0g きゅうり(生) 4.0g ごま(いり・白) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 酢(1.8L) 0.6g なたね油(1350g・ボトル) 0.4g 塩 適量 ■スープ コンソメ(500g) 0.8g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 うす口しょうゆ(1.8L) 0.4g ◇玉ねぎ(生) 10.5g ◇にんじん(生) 5.4g パセリ缶(50g・乾燥) 0.1g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■白身魚のタルタル焼き ホキ骨なし切身80g 1/2切 塩 適量 タルタルソース(1kg) 5.0g ◇玉ねぎ(生) 10.0g ■切干大根と青菜の和え物 切干しだいこん(500g) 1.6g 風味だし汁 13.0g 上白糖(1kg) 1.6g うす口しょうゆ(1.8L) 0.8g 塩 適量 カット青梗菜(冷凍) 20.0g ◇にんじん(生) 4.0g 糸かつお(210g) 1.0g ■厚揚げの味噌汁 厚揚げ(三角80g・2枚入) 12.0g ◇にんじん(生) 4.0g ◇玉ねぎ(生) 10.0g 葉ねぎ(生) 1.0g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g	■ご飯 ◇精白米(10kg)国産 45.0g ■豚肉の生姜炒め 豚小間(ケ)500g 35.0g ◇玉ねぎ(生) 15.0g キャベツ(生) 20.0g ◇にんじん(生) 4.0g 濃口しょうゆ(1.8L) 2.0g 上白糖(1kg) 0.5g みりん(1.8L) 1.0g しょうが(おろし・1kg) 0.3g なたね油(1350g・ボトル) 1.0g ■ポテトサラダ メークイン(生) 30.0g ◇にんじん(生) 3.0g きゅうり(生) 3.0g 塩 適量 マヨネーズ(1kg) 4.0g ■小松菜の味噌汁 こまつな(生) 12.0g ◇にんじん(生) 4.0g 惣菜用湯 1.4g あわせ味噌(赤・1kg) 4.0g			
3時	3時	3時			
■牛乳 大山まきば1000ml(遠州屋) 90.0g ■カルピス寒天 カルピス(原液・1L) 8.0g 粉末寒天(1kg) 0.3g 水 40.0g 上白糖(1kg) 4.8g みかん缶(2号缶480g) 5.0g	■牛乳 加工乳(低脂肪1L) 90.0g ■もちもちポテト メークイン(生) 32.1g シュレッドチーズ(1kg) 4.8g 片栗粉(2kg) 3.2g マヨネーズ(1kg) 3.2g 塩 適量 こしょう(300g) 適量 トマトケチャップ(1kg・ポ 4.8g				