

2026年



※りんごくみ以上の朝のおやつはありません。

3/16 月	3/17 火	3/18 水	3/19 木	3/21 土	3/23 月	3/24 火	3/25 水	3/26 木	3/27 金	3/28 土	3/30 月	3/31 火
■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■鮭のフライ 鮭 塩 小麦粉 <small>ベーキングパウダー</small> パン粉 サラダ油 エッグケア ■金平ごぼう ごぼう 人参 糸こんにゃく 砂糖 濃口醤油 <small>みりん風調味料</small> すりごま ごま油 ■大根の味噌汁 大根 刻み揚げ 青葱 みそ 和風だしの素	■牛乳 ■お菓子 <small>■ミートソーススパゲティ</small> スパゲティ 合挽 ■ハンバーグ 合挽 玉ねぎ 人参 ケチャップ コンソメ 砂糖 マーガリン ■花野菜サラダ ブロccoli カリフラワー コーン すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 ■小松菜のスープ 小松菜 しめじ 薄口醤油 コンソメ ■フルーツ(りんご) りんご	■牛乳 ■バナナ ロールパン ■ハンバーグ 合挽 玉ねぎ 人参 パン粉 牛乳 塩 濃口醤油 砂糖 片栗粉 ■ポテトフライ じゃがいも サラダ油 塩 ■カリフラワーのスープ カリフラワー マッシュルーム コンソメ 薄口醤油 パセリ ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■豚丼 豚肩ロース たまねぎ 干し椎茸 糸こんにゃく 砂糖 薄口醤油 <small>みりん風調味料</small> ■里芋の煮物 里芋 人参 薄口醤油 <small>みりん風調味料</small> 砂糖 ■豆腐のすまし汁 豆腐 わかめ かいわれ大根 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素 ■もやしの中巻スープ もやし 小松菜 鶏がら うすくち醤油 ■フルーツ(バナナ) バナナ	■牛乳 ■お菓子 <small>■豆乳のみそチャーハン</small> 米 豚挽肉 玉ねぎ グリンピース 人参 濃口醤油 鶏がら 塩 ごま油 ■フロッキーのおかか炒め ブロccoli 人参 薄口醤油 砂糖 糸かつお ■チンゲン菜の中巻スープ チンゲン菜 えのき 鶏がら うすくち醤油 ■フルーツ(りんご) りんご	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■カレーの煮付 赤魚 和風だしの素 <small>みりん風調味料</small> 濃口醤油 料理酒 おろし生姜 ■れんごんのサラダ れんこん 人参 みつば すりごま 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 塩 ■茄子の味噌汁 茄子 玉ねぎ かいわれ大根 みそ 和風だしの素 ■フルーツ(バナナ) バナナ	■牛乳 ■バナナ 米 ひじき 鶏もも皮なし しめじ 人参 インゲン 砂糖 <small>みりん風調味料</small> 濃口醤油 塩 ■さつまいものかき揚げ さつまいも 玉ねぎ 人参 ごぼう しらす みつば 塩 天ぷら粉 サラダ油 ■鮎のすまし汁 鮎 白菜 青葱 塩 うすくち醤油 だし昆布 和風だしの素 ■フルーツ(オレンジ) オレンジ	■牛乳 ■お菓子 ■ナポリタン スパゲティ 玉ねぎ ピーマン ウインナー ケチャップ ウスターソース コンソメ 砂糖 マーガリン ■ほうれん草のソテー ほうれん草 マッシュルーム コーン マーガリン 薄口醤油 塩 ■キャベツのスープ キャベツ 人参 コンソメ 薄口醤油 パセリ ■フルーツ(バナナ) バナナ	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■豚肉の旨辛炒め 豚肩ロース キャベツ 玉ねぎ 人参 赤ピーマン 濃口醤油 <small>みりん風調味料</small> 砂糖 和風だしの素 ■春雨サラダ 春雨 きゅうり 鶏ささみ 人参 エッグケア 酢 ■わかめの味噌汁 わかめ 玉ねぎ 青葱 みそ 和風だしの素	■牛乳 ■お菓子 ■麻婆豆腐丼 米 豆腐 豚挽肉 玉ねぎ 人参 砂糖 薄口醤油 みそ ごま油 片栗粉 ■コールスロウ キャベツ 人参 きゅうり エッグケア 砂糖 塩 酢 ■大根の中巻スープ 大根 コーン かいわれ大根 うすくち醤油 鶏がら	■牛乳 ■お菓子 ■ご飯 米 ■鶏もも皮なし 鶏もも皮なし エッグケア パン粉 塩 パセリ ■大豆とひじきの煮物 大豆 ひじき 人参 竹輪 キヌサヤ 砂糖 濃口醤油 ごま油 和風だしの素 ■ごぼうの味噌汁 ごぼう 刻み揚げ 青葱 みそ 和風だしの素 ■フルーツ(バナナ) バナナ	■牛乳 ■お菓子 ■ツナピラフ 米 ツナ 玉ねぎ 人参 ピーマン コーン コンソメ 塩 ■キャベツとひじきのサラダ キャベツ 人参 薄口醤油 酢 砂糖 サラダ油 ■マカロニのスープ マカロニ コーン コンソメ 薄口醤油 パセリ ■フルーツ(バナナ) バナナ	
■牛乳 ■人参ケーキ 人参 ホットケーキミックス 砂糖 牛乳	■お茶 麦茶 ■塩昆布おにぎり 米 塩昆布 ごま油	■牛乳 ■お菓子 <small>ソフトサラダせんべい</small> ■ビスケット ハード ビスケット ハード	■牛乳 ■ホットケーキ ホットケーキミックス 牛乳 メープルシロップ	■牛乳 ■お菓子 <small>ソフトサラダせんべい</small> ■ビスケット ハード ビスケット ハード	■牛乳 ■手作りクッキー 小麦粉 砂糖 マーガリン サラダ油 塩	■牛乳 ■パリパリ 春巻きの皮 マーガリン 砂糖 黒ごま	■牛乳 ■お菓子 <small>ソフトサラダせんべい</small> ■ビスケット ハード ビスケット ハード	■お茶 麦茶 ■わかめのおにぎり 米 しらす わかめ 薄口醤油 和風だしの素 すりごま ごま油	■牛乳 <small>■ライスクリスピーのおにぎり</small> ■ビスケット ハード ライスクリスピー マシュマロ マーガリン	■牛乳 ■お菓子 <small>ソフトサラダせんべい</small> ■ビスケット ハード ビスケット ハード 寒天	■牛乳 ■カルピスゼリー カルピス 砂糖 寒天	■牛乳 ■ココア蒸しパン ホットケーキミックス ココア 砂糖 牛乳 サラダ油

調味料、加工品は全て卵不使用のものを使用しております。