

25/02/03 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	厚揚げの肉みそかけ
4	キャベツのごまあえ
5	かき卵汁

25/02/04 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	いわしのかば焼き
4	揚げ福豆
5	ほうれんそうの辛子和え
6	千切り野菜のすまし汁

25/02/05 (水)	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	焼きそば
4	ツナ大根サラダ
5	つぼ漬け

25/02/06 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	あじのから揚げ
4	もやしのナムル
5	じゃがいものうま煮

25/02/07 (金)	
1	コッペパン
2	牛乳
3	ペンのクリームソース
4	ブロッコリーサラダ
5	りんごジャム

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	厚揚げ サラダ油 豚ミンチ 酒 赤みそ さとう みりん
4	キャベツ こまつな うすくちしょうゆ いりごま
5	だし用かつお節 天塩 うすくちしょうゆ えのきたけ にんじん はくさい でんぷん 鶏卵 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	いわし 酒 しょうが でんぷん 白絞油 さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん
4	大豆 でんぷん 白絞油 食塩 マフィンカップ
5	ほうれん草 緑豆もやし うすくちしょうゆ 洋辛子
6	だし用かつお節 つきこんにやく にんじん だいこん 生しいたけ 刻み油あげ うすくちしょうゆ 天塩 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 豚ばら肉 にんじん 玉ねぎ キャベツ 食塩 白こしょう ウスターソース とんかつソース ゆで中華めん
4	ツナオイル漬 だいこん にんじん きゅうり 玉ねぎ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう
5	つぼ漬

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	鯰 酒 うすくちしょうゆ しょうが にんにく でんぷん 白絞油
4	にんじん 緑豆もやし 食塩 うすくちしょうゆ ごま油
5	サラダ油 鶏もも肉 酒 糸こんにやく 干しいたけ にんじん 玉ねぎ じゃがいも だし用かつお節 さとう こいくちしょうゆ

No	食品名
1	コッペパン
2	牛乳
3	ペンネ サラダ油 カットウインナー 玉ねぎ ぶなしめじ 食塩 白こしょう コンソメ だし用かつお節 ベイリーフ バター サラダ油 薄力粉 牛乳 生クリーム
4	ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ ノンエッグマヨネーズ サラダ油 サラダ油ビネガー さとう 食塩 白こしょう
5	りんごジャム

25/02/10 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鯖の照り焼き
4	キャベツのゆかり和え
5	豚汁

25/02/12 (水)	
1	鶏そぼろご飯
2	牛乳
3	なばなのおかか和え
4	じゃが芋と玉ねぎの赤だし

25/02/13 (木)	
1	えび入り中華飯
2	牛乳
3	ごまポテト

25/02/14 (金)	
1	チキンライス
2	牛乳
3	野菜スープ
4	ココアカップケーキ

25/02/17 (月)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	肉と野菜のオイスター炒め
4	納豆みそ
5	いよかん

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖 こいくちしょうゆ みりん 酒
4	キャベツ きゅうり ゆかり 食塩
5	豚小間切れ肉 酒 だし用かつお節 にんじん だいこん はくさい セレベス 白みそ 赤みそ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 しょうが 鶏ミンチ 酒 たけのこ水煮 にんじん さとう こいくちしょうゆ
2	牛乳
3	なばな はくさい うすくちしょうゆ 削り節
4	だし用かつお節 玉ねぎ じゃがいも 刻み油あげ 赤みそ 葉ねぎ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 にんにく しょうが 豚もも小切肉 冷凍小えび 酒 食塩 干ししいたけ たけのこ水煮 にんじん 玉ねぎ うずら卵水煮 天塩 白こしょう みりん うすくちしょうゆ はくさい 葉ねぎ でんぷん ごま油
2	牛乳
3	じゃがいも でんぷん 白絞油 さとう みりん こいくちしょうゆ 黒ゴマ

No	食品名
1	精白米 おおむぎ サラダ油 鶏もも肉 赤ワイン 玉ねぎ にんじん トマトケチャップ トマトペースト ウスターソース さとう 食塩 白こしょう コンソメ
2	牛乳
3	だし用かつお節 ベイリーフ にんじん 玉ねぎ カットウインナー じゃがいも 天塩 白こしょう うすくちしょうゆ キャベツ パセリ
4	さとう バター サラダ油 ココア 薄力粉 米粉 ベーキングパウダー マフィンカップ

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	サラダ油 にんにく しょうが 豚小間切れ肉 酒 にんじん 玉ねぎ キャベツ オイスターソース こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう ごま油
4	サラダ油 豚ミンチ 酒 赤みそ さとう みりん 挽きわり納豆 手巻きのり
5	いよかん

25/02/18 (火)	
1	白ごはん
2	牛乳
3	鮭の竜田揚げ
4	小松菜の磯辺和え
5	五目きんぴら

25/02/19 (水)	
1	麻婆どんぶり
2	牛乳
3	中華コーンサラダ
4	みかんゼリー

25/02/20 (木)	
1	忍者黒米ごはん
2	牛乳
3	鶏肉の黒ごまからめ
4	白菜漬
5	うずら隠れのとろみ汁

25/02/21 (金)	
1	ミルクパン
2	牛乳
3	ビーフシチュー
4	花野菜サラダ

25/02/25 (火)	
1	減量白ごはん
2	牛乳
3	鯖のガーリック焼き
4	塩だれキャベツ
5	みそラーメン汁

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	銀鮭 酒 うすくちしょうゆ しょうが でんぷん 白絞油
4	こまつな キャベツ うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
5	サラダ油 豚小間切れ肉 酒 つきこんにゃく ごぼう にんじん こいくちしょうゆ さとう 酒 ごま油 唐辛子

No	食品名
1	精白米 おおむぎ ラード にんにく しょうが トウバンジャン 豚ミンチ 酒 食塩 白こしょう さとう こいくちしょうゆ 赤みそ 唐辛子 だし用かつお節 木綿豆腐 葉ねぎ でんぷん ごま油
2	牛乳
3	キャベツ にんじん きゅうり ホールコーン 洋辛子 米酢 さとう うすくちしょうゆ ごま油
4	みかんゼリー

No	食品名
1	精白米 黒米 食塩
2	牛乳
3	鶏もも肉 にんにく しょうが 食塩 白こしょう でんぷん 白絞油 さとう こいくちしょうゆ 酒 みりん 黒ごま
4	はくさい きゅうり しょうが 天塩 うすくちしょうゆ
5	だし用かつお節 生しいたけ にんじん 玉ねぎ うすくちしょうゆ 天塩 うずら卵水煮 でんぷん 葉ねぎ

No	食品名
1	ミルクパン
2	牛乳
3	にんにく しょうが セロリー 牛角切肉 食塩 白こしょう 赤ワイン サラダ油 玉ねぎ にんじん じゃがいも ベイリーフ 赤ワイン トマトピューレー ウスターソース トマトケチャップ 米粉ハイシルウ 生クリーム
4	カリフラワー ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ ノンエッグマヨネーズ サラダ油 サラダビネガー さとう 食塩 白こしょう

No	食品名
1	精白米
2	牛乳
3	鯖 にんにく 食塩 うすくちしょうゆ 白ワイン オリーブ油
4	キャベツ にんにく 食塩 うすくちしょうゆ 黒こしょう ごま油
5	ラード にんにく しょうが 豚もも小切肉 酒 だし用かつお節 はくさい ホールコーン こいくちしょうゆ 白みそ 赤みそ トウバンジャン 食塩 白こしょう さとう 葉ねぎ ごま油 乾麺

25/02/26 (水)	
1	焼肉チャーハン
2	牛乳
3	青のりビーンズ
4	わかめと豆腐のスープ

25/02/27 (木)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	煮卵
4	味噌煮込みおでん
5	チンゲン菜のごまあえ
6	ひじきのり

25/02/28 (金)	
1	麦ごはん
2	牛乳
3	いかのねぎソースかけ
4	もやしのいそべあえ
5	さつまいものみそ汁

--	--

--	--

No	食品名
1	精白米 おおむぎ うすくちしょうゆ サラダ油 にんにく 牛小切肉 酒 こいくちしょうゆ ごま油 サラダ油 にんじん 玉ねぎ みりん こいくちしょうゆ 食塩 白こしょう 葉ねぎ ごま油
2	牛乳
3	大豆 でんぷん 白絞油 食塩 あおのり
4	だし用かつお節 しょうが 干ししいたけ 玉ねぎ うすくちしょうゆ 食塩 白こしょう 木綿豆腐 カットわかめ 葉ねぎ ごま油

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	たまご水煮 だし用かつお節 さとう みりん 赤みそ こいくちしょうゆ
4	焼きちくわ 厚揚げ 板こんにゃく だいこん だし用かつお節 みりん 酒 赤みそ うすくちしょうゆ さとう
5	チンゲン菜 キャベツ にんじん うすくちしょうゆ いりごま
6	ひじきのり

No	食品名
1	精白米 おおむぎ
2	牛乳
3	いか 食塩 白こしょう でんぷん 白絞油 さとう 酒 こいくちしょうゆ にんにく しょうが 葉ねぎ
4	にんじん 緑豆もやし うすくちしょうゆ 焼き角きざみのり
5	だし用かつお節 にんじん だいこん さつまいも 刻み油あげ 白みそ 赤みそ 葉ねぎ

No	食品名

No	食品名