

4月8日

4月9日

4月13日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏のレモン煮】		
	鶏モモ肉	28
	鶏胸肉	28
	清酒(上撰)	0.9
	食塩	0.1
	かたくり粉	4
	白絞油	5
	ポッカレモン100	2
	三温糖	1
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.9
	水	2
【大根とほうれん草の和え物】		
	だいこん	14
	りょくとうもやし	15
	カットほうれん草	17
	にんじん	5
	ホールコーン-粒(スパ-スイート)	5
	和風デリシャスドレッシング	4
	食塩	0.1
【魚そうめんのすまし汁】		
	魚そうめん	14
	冷凍豆腐	16
	たまねぎ	12
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	1.2
	こいくちしょうゆ	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【麻婆豆腐】		
	豚ひき肉	25
	冷凍豆腐	50
	まめプラスM(ミンチ)	5
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	20
	にんじん	13
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	中ねぎ	3
	国産おろししょうが	0.5
	国産おろしにんにく	0.5
	とりがらスープ	3
	調合赤だしみそ	4
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	上白糖	0.5
	食塩	0.1
	トウバンジャン	0.1
	サラダ油	0.3
	ごま油	0.2
	かたくり粉	1.5
【中華あえ】		
	ロースハム	5
	にんじん	5
	切干大根	2
	きゅうり	10
	りょくとうもやし	5
	ホールコーン-粒(スパ-スイート)	3
	すりごま	0.6
	穀物酢	1.4
	上白糖	1.1
	うすくちしょうゆ	1.7
	食塩	0.1
	ごま油	0.5

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【しまほっけのみりん焼き】		
	縞ほっけ 40g	1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.5
	本みりん	1
	三温糖	1
	食塩	0.1
【野菜炒め】		
	カットベーコン	5
	国産小松菜カット	17
	キャベツ	17
	りょくとうもやし	15
	きくらげ(スライス)	0.6
	うすくちしょうゆ	0.3
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【切干大根の味噌汁】		
	国産カット油揚げ	6
	たまねぎ	12
	切干大根	2
	中ねぎ	3
	カットわかめ	0.6
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

4月14日

4月15日

4月16日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【焼き餃子】		
	ぎょうざ	2
	サラダ油	3
【もやしとにらの炒め物】		
	豚モモ	15
	りょくとうもやし	29
	にら	3
	ホールコーン粒(スパー・スイート)	9
	食塩	0.3
	白こしょう	0.01
	ごま油	1
	こいくちしょうゆ	0.5
【鶏だんごスープ】		
	桜島どり肉団子	20
	たけのこ(水煮缶詰)	8
	たまねぎ	12
	にんじん	5
	国産小松菜カット	8
	きくらげ(スライス)	0.6
	とりがらスープ	3
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.7
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【プレーンパン】		
	プレーンパン	1
【牛乳】		
	牛乳	1
【スパゲティナポリタン】		
	スパゲティ(ミニ)	28
	サラダ油	0.5
	ウィンナー	10
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	12
	にんじん	13
	青ピーマン	5
	国産おろしにんにく	0.3
	トマトピューレ	10
	トマトケチャップ	10
	赤ワイン	1.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	ベリオオリーブ油	0.8
	中濃ソース	1.5
	サラダ油	0.2
【ポテトサラダ】		
	おさかなソーセージ	10
	じゃがいも	30
	きゅうり	10
	冷凍枝豆むき身	5
	にんじん	10
	ホールコーン粒(スパー・スイート)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	7
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	穀物酢	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏つくね】		
	キャベツ入平つくねFe・Ca	1
【ツナサラダ】		
	ライトツナ油漬缶詰R(レトルト)	15
	キャベツ	22
	きゅうり	10
	ノンエッグマヨネーズタイプ	4
	青じそドレッシング	1
【ふのみそ汁】		
	おわら麩	1.5
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐししめじ カット	3
	カットわかめ	0.5
	中ねぎ	3
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

4月17日

4月20日

4月21日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【揚げ鶏のケチャップソース】		
	鶏胸肉	50
	国産おろししょうが	0.3
	うすくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	かたくり粉	4
	薄力粉	2
	白絞油	5
	トマトケチャップ	6
	三温糖	2
	穀物酢	2
	水	3
【スパゲティソテー】		
	スパゲティ(ミニ)	8
	カットベーコン	5
	たまねぎ	10
	キャベツ	15
	サラダ油	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.02
【じゃがいものスープ】		
	ウィンナー	5
	じゃがいも	15
	カットほうれん草	8
	にんじん	6
	たまねぎ	14
	白ワイン	1
	とりがらスープ	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2
	サラダ油	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【ポークカレー】		
	豚モモ	25
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	15
	にんじん	15
	国産おろしにんにく	0.5
	国産おろししょうが	0.3
	ホールトマトカットピロー	5
	カレールーフレーク	11
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.6
	こいくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【コーンサラダ】		
	チキנסさしみ水煮無添加(100g)	6
	カットほうれん草	17
	キャベツ	17
	きゅうり	8
	ホールコーン(スーパースイート)	8
	コーンクリーミードレッシング	5
	食塩	0.1
【お祝いゼリー】		
	お祝いいちごゼリー(2026)	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ハンバーグ 照焼ソース】		
	牛ひき肉	15
	豚ひき肉	30
	ソテーオニオン	20
	まめプラスM(ミンチ)	6
	パン粉	1
	かたくり粉	0.5
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.7
	三温糖	0.7
	かたくり粉	0.2
【磯和え】		
	きゅうり	10
	にんじん	5
	キャベツ	20
	りょくとうもやし	15
	きざみのり	0.5
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	1.5
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【玉ねぎの味噌汁】		
	カットわかめ	0.6
	冷凍ほぐしエノキ茸	6
	たまねぎ	30
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

4月22日

4月23日

4月24日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【新じゃがのそぼろ煮】		
	豚ひき肉	25
	じゃがいも	50
	にんじん	13
	たまねぎ	30
	国産おろししょうが	0.5
	突きこんにやく(黒)	13
	凍り豆腐	5
	いんげん(すじなし)	3
	サラダ油	0.3
	三温糖	1.8
	本みりん	0.9
	清酒(上撰)	1.2
	こいくちしょうゆ	5
	うすくちしょうゆ	0.4
【わかめの酢の物】		
	ロースハム	5
	きゅうり	10
	キャベツ	17
	カットわかめ	0.5
	りょくとうもやし	15
	穀物酢	2.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【ケチャップライスの具】		
	まめプラスM(ミンチ)	2
	鶏モモ肉	18
	鶏胸肉	18
	ソテーオニオン	15
	たまねぎ	17
	にんじん	10
	トマトケチャップ	15
	トマトピューレ	5
	中濃ソース	1
	赤ワイン	0.8
	三温糖	0.4
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ベーコンと大根のスープ】		
	カットベーコン	6
	たまねぎ	12
	国産小松菜カット	7
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	5
	にんじん	5
	だいこん	15
	とりがらスープ	3
	うすくちしょうゆ	1
	白ワイン	0.8
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉の生姜焼き】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	20
	国産おろししょうが	1
	こしょう混合	0.01
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1.2
	三温糖	1.4
	サラダ油	0.5
【野菜炒め】		
	キャベツ	16
	突きこんにやく(白)	13
	にんじん	5
	青ピーマン	5
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	0.3
	サラダ油	0.3
【小松菜の味噌汁】		
	国産小松菜カット	10
	国産カット油揚げ	5
	冷凍豆腐	12
	にんじん	5
	たまねぎ	12
	合わせみそ	8
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1

4月27日

4月28日

4月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のねぎ塩焼き】		
	鶏モモ肉	60
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	うま塩ごまドレッシング	5
	すりごま	0.6
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
【ほうれん草のおかかあえ】		
	カットほうれん草	17
	キャベツ	17
	りょくとうもやし	15
	にんじん	5
	かつお節(碎片)	0.9
	三温糖	0.6
	こいくちしょうゆ	1.8
	食塩	0.1
【豆腐のすまし汁】		
	冷凍豆腐	10
	冷凍かまぼこ	7
	たまねぎ	14
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.9

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【厚揚げの中華煮】		
	豚モモ	20
	冷凍厚揚げ	40
	にんじん	10
	はくさい	25
	たまねぎ	10
	たけのこ(水煮缶詰)	8
	乱切れんこん	8
	干し椎茸	0.5
	国産おろししょうが	0.3
	とりがらスープ	3
	三温糖	0.6
	うすくちしょうゆ	2
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.2
	かたくり粉	2
【春雨サラダ】		
	おさかなソーセージ	5
	緑豆はるさめ	5
	りょくとうもやし	15
	キャベツ	17
	ホールコーン(スパー・スイート)	5
	すりごま	1.6
	穀物酢	2
	上白糖	1
	うすくちしょうゆ	2
	ごま油	0.5
	食塩	0.1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばの竜田揚げ】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	1
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【茎わかめの炒め煮】		
	冷 細切りくきわかめ	11
	にんじん	9
	カットさつま揚	5
	突きこんにやく(黒)	13
	冷凍 干切ごぼう	9
	いんげん(すじなし)	3
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.6
	本みりん	0.4
	三温糖	0.6
	すりごま	0.5
	ごま油	0.3
【豆腐の味噌汁】		
	冷凍豆腐	15
	冷凍ほぐしEノ茸	5
	たまねぎ	15
	中ねぎ	3
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

4月17日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ハンバーグ 照焼ソース】		
	牛ひき肉	15
	豚ひき肉	30
	ソテーオニオン	20
	まめプラスM(ミンチ)	6
	パン粉	1
	かたくり粉	0.5
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.7
	三温糖	0.7
	かたくり粉	0.2
【磯和え】		
	きゅうり	10
	にんじん	5
	キャベツ	20
	りょくとうもやし	15
	きざみのり	0.5
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	1.5
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【玉ねぎの味噌汁】		
	カットわかめ	0.6
	冷凍ほぐしE/茸	6
	たまねぎ	30
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

4月20日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【揚げ鶏のケチャップソース】		
	鶏胸肉	50
	国産おろししょうが	0.3
	うすくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	かたくり粉	4
	薄力粉	2
	白絞油	5
	トマトケチャップ	6
	三温糖	2
	穀物酢	2
	水	3
【スパゲティソテー】		
	スパゲティ(ミニ)	8
	カットベーコン	5
	たまねぎ	10
	キャベツ	15
	サラダ油	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.02
【じゃがいものスープ】		
	ウィンナー	5
	じゃがいも	15
	カットほうれん草	8
	にんじん	6
	たまねぎ	14
	白ワイン	1
	とりがらスープ	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2
	サラダ油	0.3

4月21日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【ポークカレー】		
	豚モモ	25
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	15
	にんじん	15
	国産おろしにんにく	0.5
	国産おろししょうが	0.3
	ホールトマトカットピロー	5
	カレールーフレーク	11
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.6
	こいくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【コーンサラダ】		
	チンささみ水煮無添加(レトルト)	6
	カットほうれん草	17
	キャベツ	17
	きゅうり	8
	ホールコーン(スーパースイート)	8
	コーンクリームドレッシング	5
	食塩	0.1
【お祝いゼリー】		
	お祝いいちごゼリー(2026)	1

4月22日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【豚肉の生姜焼き】		
	豚モモ	50
	たまねぎ	20
	国産おろししょうが	1
	こしょう混合	0.01
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1.2
	三温糖	1.4
	サラダ油	0.5
【野菜炒め】		
	キャベツ	16
	突きこんにやく(白)	13
	にんじん	5
	青ピーマン	5
	ホールコーン(スパー・スイート)	5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	0.3
	サラダ油	0.3
【小松菜の味噌汁】		
	国産小松菜カット	10
	国産カット油揚げ	5
	冷凍豆腐	12
	にんじん	5
	たまねぎ	12
	合わせみそ	8
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1

4月23日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【新じゃがのそぼろ煮】		
	豚ひき肉	25
	じゃがいも	50
	にんじん	13
	たまねぎ	30
	国産おろししょうが	0.5
	突きこんにやく(黒)	13
	凍り豆腐	5
	いんげん(すじなし)	3
	サラダ油	0.3
	三温糖	1.8
	本みりん	0.9
	清酒(上撰)	1.2
	こいくちしょうゆ	5
	うすくちしょうゆ	0.4
【わかめの酢の物】		
	ロースハム	5
	きゅうり	10
	キャベツ	17
	カットわかめ	0.5
	りよくとうもやし	15
	穀物酢	2.5
	うすくちしょうゆ	1.5
	上白糖	1.2
	食塩	0.1

4月24日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【ケチャップライスの具】		
	まめプラスM(ミンチ)	2
	鶏モモ肉	18
	鶏胸肉	18
	ソテーオニオン	15
	たまねぎ	17
	にんじん	10
	トマトケチャップ	15
	トマトピューレ	5
	中濃ソース	1
	赤ワイン	0.8
	三温糖	0.4
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【ベーコンと大根のスープ】		
	カットベーコン	6
	たまねぎ	12
	国産小松菜カット	7
	ホールコーン(スパー・スイート)	5
	にんじん	5
	だいこん	15
	とりがらスープ	3
	うすくちしょうゆ	1
	白ワイン	0.8
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3

4月27日

4月28日

4月30日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【さばの竜田揚げ】		
	さば	1
	国産おろししょうが	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.5
	清酒(上撰)	1
	かたくり粉	5
	白絞油	4
【茎わかめの炒め煮】		
	冷 細切りくきわかめ	11
	にんじん	9
	カットさつま揚	5
	突きこんにゃく(黒)	13
	冷凍 干切ごぼう	9
	いんげん(すじなし)	3
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.6
	本みりん	0.4
	三温糖	0.6
	すりごま	0.5
	ごま油	0.3
【豆腐の味噌汁】		
	冷凍豆腐	15
	冷凍ほぐしI/キ茸	5
	たまねぎ	15
	中ねぎ	3
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏肉のねぎ塩焼き】		
	鶏モモ肉	60
	たまねぎ	5
	中ねぎ	1.5
	うま塩ごまドレッシング	5
	すりごま	0.6
	うすくちしょうゆ	0.4
	食塩	0.02
【ほうれん草のおかかあえ】		
	カットほうれん草	17
	キャベツ	17
	りょくとうもやし	15
	にんじん	5
	かつお節(碎片)	0.9
	三温糖	0.6
	こいくちしょうゆ	1.8
	食塩	0.1
【豆腐のすまし汁】		
	冷凍豆腐	10
	冷凍かまぼこ	7
	たまねぎ	14
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.2
	うすくちしょうゆ	1.9

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【厚揚げの中華煮】		
	豚モモ	20
	冷凍厚揚げ	40
	にんじん	10
	はくさい	25
	たまねぎ	10
	たけのこ(水煮缶詰)	8
	乱切れんこん	8
	干し椎茸	0.5
	国産おろししょうが	0.3
	とりがらスープ	3
	三温糖	0.6
	うすくちしょうゆ	2
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.3
	食塩	0.2
	かたくり粉	2
【春雨サラダ】		
	おさかなソーセージ	5
	緑豆はるさめ	5
	りょくとうもやし	15
	キャベツ	17
	ホールコーン(スーパースイート)	5
	すりごま	1.6
	穀物酢	2
	上白糖	1
	うすくちしょうゆ	2
	ごま油	0.5
	食塩	0.1

4月8日

4月9日

4月13日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	206
【麻婆豆腐】		
	豚ひき肉	25
	冷凍豆腐	50
	まめプラスM(ミンチ)	5
	たまねぎ	15
	ソテーオニオン	20
	にんじん	13
	たけのこ(水煮缶詰)	5
	中ねぎ	3
	国産おろししょうが	0.5
	国産おろしにんにく	0.5
	とりがらスープ	3
	調合赤だしみそ	4
	合わせみそ	3
	こいくちしょうゆ	3
	清酒(上撰)	1
	本みりん	0.6
	上白糖	0.5
	食塩	0.1
	トウバンジャン	0.1
	サラダ油	0.3
	ごま油	0.2
	かたくり粉	1.5
【中華あえ】		
	ロースハム	5
	にんじん	5
	切干大根	2
	きゅうり	10
	りょくとうもやし	5
	ホールコンカーネル(スーパーソフト)	3
	すりごま	0.6
	穀物酢	1.4
	上白糖	1.1
	うすくちしょうゆ	1.7
	食塩	0.1
	ごま油	0.5

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【しまほっけのみりん焼き】		
	縞ほっけ 40g	1
	清酒(上撰)	1
	うすくちしょうゆ	0.5
	本みりん	1
	三温糖	1
	食塩	0.1
【野菜炒め】		
	カットベーコン	5
	国産小松菜カット	17
	キャベツ	17
	りょくとうもやし	15
	きくらげ(スライス)	0.6
	うすくちしょうゆ	0.3
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【切干大根の味噌汁】		
	国産カット油揚げ	6
	たまねぎ	12
	切干大根	2
	中ねぎ	3
	カットわかめ	0.6
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【鶏のレモン煮】		
	鶏モモ肉	28
	鶏胸肉	28
	清酒(上撰)	0.9
	食塩	0.1
	かたくり粉	4
	白絞油	5
	ポッカレモン100	2
	三温糖	1
	こいくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.9
	水	2
【大根とほうれん草の和え物】		
	だいこん	14
	りょくとうもやし	15
	カットほうれん草	17
	にんじん	5
	ホールコンカーネル(スーパーソフト)	5
	和風デリシャスドレッシング	4
	食塩	0.1
【魚そうめんのすまし汁】		
	魚そうめん	14
	冷凍豆腐	16
	たまねぎ	12
	中ねぎ	3
	だし昆布	1
	花かつお	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.3
	うすくちしょうゆ	1.2
	こいくちしょうゆ	0.3

4月14日

4月15日

4月16日

【献立名】	食品名	1人分量
[プレーンパン]		
	プレーンパン	1
[牛乳]		
	牛乳	1
[スパゲティナポリタン]		
	スパゲティ(ミニ)	28
	サラダ油	0.5
	ウィンナー	10
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	12
	にんじん	13
	青ピーマン	5
	国産おろしにんにく	0.3
	トマトピューレ	10
	トマトケチャップ	10
	赤ワイン	1.5
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	ベリオオリーブ油	0.8
	中濃ソース	1.5
	サラダ油	0.2
[ポテトサラダ]		
	おさかなソーゼツ	10
	じゃがいも	30
	きゅうり	10
	冷凍枝豆むき身	5
	にんじん	10
	ホールコンカール(スパースイート)	5
	ノンエッグマヨネーズタイプ	7
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.01
	穀物酢	0.3

【献立名】	食品名	1人分量
[ご飯]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
[牛乳]		
	牛乳	1
[鶏つくね]		
	キャベツ入平つくねFe・Ca	1
[ツナサラダ]		
	ライトツナ油漬チャンクR(レトルト)	15
	キャベツ	22
	きゅうり	10
	ノンエッグマヨネーズタイプ	4
	青じそドレッシング	1
[ふのみそ汁]		
	おわら麩	1.5
	たまねぎ	12
	冷凍ほぐししめじ カット	3
	カットわかめ	0.5
	中ねぎ	3
	いりこ 未選別	1
	花かつお	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
[ご飯]		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
[牛乳]		
	牛乳	1
[焼き餃子]		
	ぎょうざ	2
	サラダ油	3
[もやしとにらの炒め物]		
	豚モモ	15
	りょくとうもやし	29
	にら	3
	ホールコンカール(スパースイート)	9
	食塩	0.3
	白こしょう	0.01
	ごま油	1
	こいくちしょうゆ	0.5
[鶏だんごスープ]		
	桜島どり肉団子	20
	たけのこ(水煮缶詰)	8
	たまねぎ	12
	にんじん	5
	国産小松菜カット	8
	きくらげ(スライス)	0.6
	とりがらスープ	3
	うすくちしょうゆ	2
	清酒(上撰)	0.7
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3

4月17日

4月20日

4月21日

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【ポークカレー】		
	豚モモ	25
	じゃがいも	40
	たまねぎ	25
	ソテーオニオン	15
	にんじん	15
	国産おろしにんにく	0.5
	国産おろししょうが	0.3
	ホールトマトカットピロー	5
	カレールーフレーク	11
	赤ワイン	1
	ウスターソース	0.6
	こいくちしょうゆ	1.2
	食塩	0.2
	こしょう混合	0.01
	サラダ油	0.3
【牛乳】		
	牛乳	1
【コーンサラダ】		
	特選ささみ水煮無添加(100g)	6
	カットほうれん草	17
	キャベツ	17
	きゅうり	8
	ホールコーン粒(スーパーソフト)	8
	コーンクリームドレッシング	5
	食塩	0.1
【お祝いゼリー】		
	お祝いいちごゼリー(2026)	1

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【ハンバーグ 照焼ソース】		
	牛ひき肉	15
	豚ひき肉	30
	ソテーオニオン	20
	まめプラスM(ミンチ)	6
	パン粉	1
	かたくり粉	0.5
	食塩	0.3
	こいくちしょうゆ	2
	本みりん	0.7
	三温糖	0.7
	かたくり粉	0.2
【磯和え】		
	きゅうり	10
	にんじん	5
	キャベツ	20
	りょくとうもやし	15
	きざみのり	0.5
	上白糖	0.4
	うすくちしょうゆ	1.5
	本みりん	0.3
	食塩	0.1
【玉ねぎの味噌汁】		
	カットわかめ	0.6
	冷凍ほぐしエノキ茸	6
	たまねぎ	30
	花かつお	1
	いりこ 未選別	1
	合わせみそ	8

【献立名】	食品名	1人分量
【ご飯】		
	水稻穀粒(精白米)	80
	強化米(鉄分プラス)	0.24
【牛乳】		
	牛乳	1
【揚げ鶏のケチャップソース】		
	鶏胸肉	50
	国産おろししょうが	0.3
	うすくちしょうゆ	1
	清酒(上撰)	1
	食塩	0.1
	かたくり粉	4
	薄力粉	2
	白絞油	5
	トマトケチャップ	6
	三温糖	2
	穀物酢	2
	水	3
【スパゲティソテー】		
	スパゲティ(ミニ)	8
	カットベーコン	5
	たまねぎ	10
	キャベツ	15
	サラダ油	0.3
	食塩	0.1
	こしょう混合	0.02
【じゃがいものスープ】		
	ウィンナー	5
	じゃがいも	15
	カットほうれん草	8
	にんじん	6
	たまねぎ	14
	白ワイン	1
	とりがらスープ	3
	食塩	0.3
	こしょう混合	0.01
	うすくちしょうゆ	2
	サラダ油	0.3

