秋メニュー朝食A

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪朝食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
玉葱とじゃが芋の味噌汁	玉葱																												
	じゃが芋																												
調味料(豊漁だし・味噌)				○	○													○											
鯖の塩焼き	鯖切身																	○											
チキンボールと野菜のケチャップ煮	チキンボール	○	○	○	○											○													
	人参																												
	ブロッコリー																												
調味料(ケチャップ・砂糖・鶏がら・醤油)				○	○											○													
マカロニサラダ	マカロニサラダ	○	○	○	○																								
	水菜																												
	赤パプリカ																												
	黄パプリカ																												
	プチトマト																												
バナナ	バナナ																						○						
おかわり用　ふりかけ	のりたま	○	○	○	○			○								○		○											
	ゆかり																												

秋メニュー昼食A

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪昼食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
中華丼	白菜																												
	竹の子・人参																												
	小松菜・きくらげ																												
	蒲鉾	○																○											
	豚小間														○														
調味料(鶏ガラ・塩・ごま油・醤油・酒)				○	○			○								○													
きのこのスープ	きのこ																												
	葱																												
調味料(鶏ガラ・塩・胡椒・醤油)				○	○											○													
春雨サラダ	春雨サラダ				○			○																					
	法蓮草																												
コーヒーゼリー	コーヒーゼリー		○		○																			○					

秋メニュータ食A

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪夕食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
白菜と椎茸の中華スープ	白菜																												
	干し椎茸																												
	長葱																												
調味料(鶏ガラ・塩・醤油・胡椒)				○	○											○													
鶏肉と根菜の照り焼き	鶏もも															○													
	南瓜・蓮根																												
調味料(照り焼きのたれ)				○	○																								
ビーフンと野菜のカレー炒め	ビーフン																												
	黄・赤パプリカ																												
	水菜																												
	大豆ミート				○																								
	キャノーラ油																												
調味料(豊漁だし・醤油・塩・カレー粉)				○	○											○		○											
煮込みミニハンバーグ	ミニハンバーグ	○	○	○	○									○	○									○					
	デミグラスソース		○	○	○									○	○	○								○					
調味料(ﾋﾞｰﾌｺﾝｿﾒ・砂糖・ケチャップ・)			○	○	○									○		○													
もやしと小松菜のナムル	もやし				○																								
	小松菜																												
調味料(豊漁だし・塩・醤油・胡麻油・)				○	○			○										○											
りんご	りんご																					○							

秋メニュー朝食B

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪朝食≫																													
コッペパン	ドックパン	○	○	○	○																								
カボチャのスープ	南瓜ペースト																												
	玉葱																												
	パセリ																												
調味料（ﾋﾞｰﾌｺﾝｿﾒ・塩・胡椒）			○	○	○									○		○													
ウィンナー	ウィンナー	○	○	○	○										○	○													
	ケチャップ																												
ベーコンと法蓮草のソテー	ベーコン	○	○		○										○														
	法蓮草・コーン																												
調味料（塩・胡椒）																													
たまごサラダ	たまごサラダ	○	○	○	○																								
	枝豆				○																								
	プチトマト																												
	ブロッコリー																												
オレンジ	オレンジ																			○									
おかわり用　ふりかけ	のりたま	○	○	○	○			○								○		○											
	ゆかり																												
おかわり用　ご飯	精白米																												

秋メニュー昼食B

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪昼食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
ハヤシライス	牛肉													○															
	人参・玉葱																												
	マッシュルーム																												
	ハヤシルウ		○	○	○									○	○	○													
コンソメスープ	キャベツ																												
	パセリ																												
調味料(ビーフコンソメ・塩・胡椒)			○	○	○									○		○													
グリーンサラダ	レタス																												
	水菜																												
	赤パプリカ																												
	黄パプリカ																												
調味料(オリーブオイル・塩・胡椒)																													
ヤクルト			○																										

秋メニュータ食B

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪夕食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
豚汁	豚小間														○														
	大根・人参																												
	牛蒡・里芋																												
	蒟蒻・玉葱・長葱																												
調味料(豊漁だし・ろくすけ味噌)				○	○													○											
ヒレカツ	ヒレカツ			○	○										○														
	キャノーラ油																												
ちくわ揚げ	竹輪																												
	キャノーラ油																												
中濃ソース	中濃ソース				○																	○							
	繊切キャベツ																												
	トマト・ブロッコリー																												
トマトジビエパスタ	猪挽肉・鹿挽肉																												
	ズッキーニ																												
	トマトソース				○											○													
	スパゲッティ			○																									
	パセリ																												
	キャノーラ油																												
調味料(ビーフコンソメ・砂糖・ケチャップ)			○	○	○									○		○													
法蓮草とキノコ炒め	法蓮草																												
	きのこミックス																												
調味料(豊漁だし・塩・胡椒)				○	○													○											
ろくすけもち	性学餅																												
ぜんざい	あずき																												

秋メニュー朝食C

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪朝食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
大根と油揚げの味噌汁	大根																												
	油揚げ				○																								
調味料(豊漁だし・味噌・)				○	○													○											
南瓜そぼろ煮	豚挽肉														○														
	南瓜・隠元																												
	キャノーラ油																												
調味料(豊漁だし・砂糖・醤油・酒・)				○	○													○											
おさかなソーセージと野菜の塩昆布炒め	おさかなソーセージ			○	○													○											
	キャベツ・水菜																												
	塩昆布			○	○																								
	キャノーラ油																												
調味料(豊漁だし・醤油・酒・)				○	○													○											
人参サラダ	ポテトサラダ	○	○	○	○												○												
	人参ペースト																												
	枝豆				○																								
	ブロッコリー																												
	プチトマト																												
パイナップル	パイナップル																												
おかわり用　ふりかけ	のりたま	○	○	○	○			○								○		○											
	ゆかり																												

秋メニュー昼食C

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪昼食≫																													
わかめうどん	うどん			○																									
	わかめ																	○											
	長葱・法連草																												
調味料（豊漁だし・そばつゆ）				○	○													○											
まいたけご飯	ご飯																												
	まいたけ																												
	刻み海苔																												
調味料（豊漁だし・醤油・酒）				○	○													○											
切り干し大根の煮物	切り干し大根																												
	人参																												
	油揚げ				○																								
	椎茸																												
	隠元																												
調味料（豊漁だし・醤油・酒・砂糖）				○	○													○											
プリン	プリン	○	○																										
	牛乳		○																										

秋メニュータ食C

名前	食材	卵	乳	小麦	大豆	そば	落花生	ごま	あわび	いか	いくら	えび	かに	牛肉	豚肉	鶏肉	鮭	青魚	桃	オレンジ	キウイ	りんご	バナナ	ゼラチン	山芋	くるみ	まつたけ	アーモンド	カシューナッツ
≪夕食≫																													
ご飯(地元のお米)	ご飯																												
高野豆腐と葱の味噌汁	高野豆腐				○																								
	長葱																												
調味料(豊漁だし・味噌)				○	○													○											
豚バラの生姜焼き	豚バラ														○														
	玉葱　人参																												
	ピーマン																												
調味料(鶏ガラ・醤油・酒・味醂・生姜・)				○	○											○													
マカロニと蟹かまのホワイトソース	マカロニ			○																									
	カニかまぼこ	○		○									○																
	粒コーン																												
	ベシャメルソース		○	○	○																								
	牛乳		○																										
調味料(鶏ガラ・塩・砂糖・胡椒)				○	○											○													
ロールキャベツのコンソメ煮	ロールキャベツ	○		○	○										○														
調味料(ビーフコンソメ・塩・胡椒)			○	○	○									○		○													
ごぼうサラダ	ごぼうサラダ	○		○	○			○																					
	レタス																												
みかん	みかん																												