

## 令和4年度 通常食メニュー

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
<b>朝食</b>	主食	ご飯 ふりかけ(おかか)			ご飯(ふりかけを取らない)
	主菜1	ソーセージ(乳あり)	豆腐ハンバーグ	ミートボール	アレルギー対応ソーセージ(乳なし)
	主菜2	スクランブルエッグ	卵焼き	オムレツ	チキンガーリック焼き
	副菜1	ほうれん草ツナ和え	ひじき煮	切り干し大根	コーンと蒸しかぼちゃ
	副菜2	ちくわ磯辺揚げ	イカカツ	白身フライ	チキンチャップ
	汁もの	高野豆腐とネギの味噌汁	人参とほうれん草の味噌汁	わかめの味噌汁	
	サラダ	7種の野菜のマリネ(玉ねぎ・ブロッコリー・人参・コーン・カリフラワー・インゲン・レンコン)			
	デザート	フルーツカクテル			

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
<b>昼食</b>	主食	わかめご飯			
	麺類	醤油ラーメン	冷やしたぬきうどん	味噌ラーメン	春雨スープ
	主菜1	豚塩生姜焼き	チキンチャップ	豚のケチャップ煮	
	主菜2	カレーコロッケ	春巻き	ナチュラルカットポテト	アレルギー対応ソーセージ(乳なし)
	副菜1	白身フライ	鮭フライ	野菜コロッケ	コーンと蒸しかぼちゃ
	副菜2	切干大根	きんぴら	ひじき煮	ジャガイモ素揚げ
	サラダ	7種の野菜のマリネ(玉ねぎ・ブロッコリー・人参・コーン・カリフラワー・インゲン・レンコン)			
	デザート	イチゴゼリー			

	分類	月曜日～金曜日	土曜日	日曜日	代替食
<b>夕食</b>	主食	ご飯			
	主菜1	チキンのガーリック焼き	ハンバーグ	鶏塩から揚げ	チキンガーリック焼き
	主菜2	麻婆豆腐	八宝菜	肉そぼろ豆腐	鶏塩から揚げ
	主菜3	揚げ餃子	揚げシュウマイ	春巻き	アレルギー対応ソーセージ(乳なし)
	副菜1	ほうれん草ともやしのナムル	いんげんともやしのナムル	もやしと人参のナムル	
	副菜2	シューestringポテト	ナチュラルカットポテト	じゃが芋バター風味	ジャガイモ素揚げ
	汁もの	わかめとネギの味噌汁	ほうれん草と高野豆腐の味噌汁	人参とネギの味噌汁	
	デザート	マスカットゼリー			

## 令和4年度 キッズメニュー

分類	朝食	昼食	夕食
主食	ご飯	わかめご飯	野菜カレー
主菜	チキンチャップ	ハンバーグ	鶏塩から揚げ
副菜1	スクランブルエッグ	卵焼き	オムレツ
副菜2	ソーセージ	焼きそば	シューestringポテト
汁もの	ほうれん草の味噌汁	高野豆腐の味噌汁	わかめの味噌汁
サラダ	7種の野菜のマリネ(玉ねぎ・ブロッコリー・人参・コーン・カリフラワー・インゲン・レンコン)		
デザート	フルーツカクテル	イチゴゼリー	マスカットゼリー
ドリンク	オレンジジュース	アップルジュース	オレンジジュース

## 令和4年度 キッズメニュー代替食

分類	朝食	昼食	夕食
主食			
主菜		ポークグリル	
副菜1	もやしのソテー	じゃが芋素揚げ	ソーセージとブロッコリーのソテー
副菜2	蒸しかぼちゃとブロッコリー	蒸しかぼちゃとコーン	蒸しかぼちゃとコーン
汁もの			
サラダ			
デザート			
ドリンク			

## 令和4年度 飲料メニュー

メニュー		内容量	代替食
紙パック	健康ミネラル麦茶（伊藤園）	200ml	/
	りんごmix100%（伊藤園）		
	オレンジmix100%（伊藤園）		
ペットボトル	健康ミネラル麦茶（伊藤園）	500ml	/
	アクエリアス（コカ・コーラ）		
	いろはす（コカ・コーラ）		

## 令和4年度 炊事食メニュー

メニュー	内容	代替食
防災炊事	お米 温めずおいしい野菜カレー（レトルト） ビニール袋 スプーン	/
カレーライス	お米 豚ひき肉 乱切りレンコン ブロッコリー 玉ねぎ コクと旨味のまるやかカレー	/
焼きそば	焼きそば蒸し中華めん 豚小間肉 人参 たけのこ 玉ねぎ 中農ソース キャノーラ（サラダ油）	焼きそば蒸し中華めん（小麦あり） ↓ フォー
焚火でおやつ	マシュマロ 麦茶スティック（粉） 紙コップ 竹串	/

## 令和4年度 携帯食メニュー

メニュー	内容	代替食
おにぎり（鮭・鮭）	おにぎり2個 桜漬け	/
おにぎり（梅・梅）		
おにぎり（塩・塩）		

メニュー	内容	代替食（アレルギー対応弁当）
携帯弁当（鮭・鮭）	おにぎり2個 からあげ君 玉子焼 しゅうまい 赤ウィンナー ちくわ天 ぶり焼き芋 桜漬け	おにぎり2個 塩こしょうチキン 皮付ポテト 野菜マリネ ブロッコリー
携帯弁当（梅・梅）		
携帯弁当（塩・塩）		