



日 曜	献立名	魚肉卵豆	乳海藻	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑮おやつ	
1 金	豚肉の生姜焼き ほうれん草の白和え ヨーグルト	豚肉 豆腐		人参 人参 ほうれん草	玉葱 生姜	コンニャク	醤油 砂糖 味噌 砂糖 醤油 ゴマ	バナナ 牛乳	きな粉クッキー 牛乳	小麦粉 黄粉 バター 砂糖 BP 牛乳
2 土	卵と豚肉の中華丼 ワカメスープ 果物	豚肉 卵		人参 小松菜 人参	キャベツ きくらげ 玉葱 えのき	米 片栗粉	醤油 砂糖 鶏がらスープの素 コンソメ	せんべい 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳	小麦粉 卵 牛乳 砂糖 BP バター ミルクココア
4 月	魚のラビゴットソース 天ぷらと人参の照り煮 果物	魚 じゃこ天		トマト パセリ 人参 小松菜	玉葱 胡瓜 ごぼう 干椎茸		醤油 砂糖 酢 オリーブ油 塩コショウ 醤油 砂糖 みりん	リンゴ 牛乳	胡麻とチーズのホットケーキ 牛乳	ホットケーキミックス 卵 牛乳 チーズ 黒ゴマ 油
5 火	ドライカレー ヨーグルト オクラの胡麻和え	牛ミンチ 高野豆腐		人参 ビーマン 南瓜 人参 オクラ	玉葱 ニンニク 胡瓜		カレー粉 醤油 砂糖 ゴマ	バナナ 牛乳	パンプディング 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 レーズン
6 水	チーズオムレツ 切干大根の焼きそば風 果物	卵 エビ		人参 ニラ 人参 インゲン	玉葱 キャベツ 切干大根	じゃが芋	ケチャップ 塩コショウ お好みソース 塩コショウ	ビスケット 牛乳	利休白玉団子 牛乳	白玉粉 豆腐 黄粉 黒砂糖
7 木	鶏肉の照り焼き ミニトマト 南瓜サラダ 果物	鶏肉 ツナ		(ミニトマト) 人参 南瓜	生姜 胡瓜	レーズン	醤油 砂糖 みりん マヨネーズ 砂糖 酢 塩コショウ	せんべい 牛乳	イタリアンブリッツ 牛乳	小麦粉 BP 粉チーズ 塩 砂糖 油 トマトジュース パセリ
8 金	筑前煮 果物 ドレッシングサラダ	鶏肉 厚揚げ 大豆		人参 インゲン トマト 小松菜	ごぼう 干椎茸 胡瓜 コーン	コンニャク	醤油 砂糖 ドレッシング	バナナ 牛乳	オレンジケーキ 牛乳	小麦粉 砂糖 卵 BP バター クリームチーズ マーマレード
9 土	クリームスパゲティ ゆで卵 果物	ベーコン 卵		人参 ビーマン	玉葱 しめじ マッシュルーム	スパゲティ	コンソメ 塩コショウ	ビスケット 牛乳	やせうま 牛乳	やせうま麺 黄粉 砂糖
11 月	魚の蒲焼風 焼き南瓜 カレービーンズ 果物	魚 大豆 ウインナー		(南瓜) トマト	生姜 玉葱 コーン		醤油 砂糖 みりん カレー粉 塩コショウ	せんべい 牛乳	青のりフライドポテト 牛乳	じゃが芋 青のり 油 塩
12 火	ブルコギ 果物 ほうれん草のじゃこ和え	牛肉 チリメン		人参 ニラ 赤黄パプリカ 人参 ほうれん草	玉葱 しめじ もやし ニンニク 生姜		醤油 砂糖 ゴマ ゴマ油 醤油	バナナ 牛乳	とろとろ南瓜プリン 麦茶	南瓜 牛乳 水 粉寒天 砂糖
13 水	炒り卵のナス入りミートソース 春雨サラダ 果物	合挽肉 卵 ハム		人参 ビーマン トマト パセリ 人参	玉葱 ナス 胡瓜 コーン	春雨	ケチャップ ソース 砂糖 マヨネーズ 砂糖 酢 塩コショウ	リンゴ 牛乳	こうじめしおにぎり 牛乳	米 たくあん チリメン 海苔 醤油 砂糖
14 木	ガイヤーン ミニトマト ワカメとオクラの和え物	鶏肉 豆腐 チリメン 鯉節		(ミニトマト) 人参 オクラ 青しそ	ニンニク 生姜 コーン	コンニャク 里芋	醤油 砂糖 みりん 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	三角チーズパン 牛乳	食パン クリームチーズ 小麦粉 牛乳 バター 砂糖 卵
15 金	とり汁 果物 ししゃも 味噌ドレサラダ	鶏肉 豆腐 ハム (ししゃも)		人参 人参	白葱 ごぼう 干椎茸 胡瓜 レタス	コンニャク 里芋	醤油 砂糖 味噌 醤油 砂糖 練りごま	バナナ 牛乳	メルティフレーク 牛乳	コーンフレーク マシュマロ バター
16 土	焼肉丼 かきたま汁 果物	牛肉 卵		人参 ビーマン 人参	キャベツ もやし 玉葱	米	醤油 砂糖 味噌 鶏がらの素	せんべい 牛乳	オニオンケーキ 牛乳	小麦粉 ベーコン 玉葱 コーン バター 砂糖 卵
19 火	チーズ入りさつま揚げ 彩り野菜のナムル 果物	魚ミンチ 卵 油揚げ		人参 青しそ 人参 ビーマン 赤パプリカ 小松菜	ごぼう 玉葱 生姜 もやし	片栗粉	味噌 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ ゴマ油	ビスケット 牛乳	大学かぼちゃ 牛乳	南瓜 醤油 砂糖 黒ゴマ 油
20 水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 カルピス	
21 木	レバーのマリアナソース スタミナ納豆 果物	牛肉 鶏レバー 納豆		人参 枝豆 人参 青梗菜 オクラ	玉葱 しめじ キャベツ ニンニク 生姜 切干大根 しめじ ニンニク		醤油 砂糖 ケチャップ ソース 醤油	バナナ 牛乳	牛乳餅 麦茶	牛乳 片栗粉 黄粉 砂糖
22 金	ニラ玉あんかけ 果物 ツナの和風サラダ	卵 カニカマ ツナ		人参 ニラ 人参 ほうれん草	玉葱 干椎茸 ニンニク 生姜 もやし えのき	片栗粉	醤油 砂糖 醤油 砂糖 酢	せんべい 牛乳	小豆クッキー 牛乳	小麦粉 あんこ 油
25 月	麻婆茄子 果物 竹輪とキャベツのカレー炒め	豚ミンチ 竹輪		人参 ニラ 人参 青梗菜	玉葱 ナス 干椎茸 ニンニク 生姜 キャベツ	春雨 片栗粉	味噌 醤油 砂糖 カレー粉 醤油 砂糖	リンゴ 牛乳	キャロットケーキ 牛乳	小麦粉 卵 人参 レーズン バター 砂糖 BP
26 火	誕生会メニュー							せんべい 牛乳	セリーケーキ	
27 水	魚の梅しそ焼き 緑キャベツ まめまめサラダ 果物	魚 大豆 ハム		青しそ 人参	胡瓜 枝豆		梅肉 醤油 砂糖 塩コショウ 醤油 砂糖	バナナ 牛乳	りんごスコーン 牛乳	小麦粉 BP 砂糖 バター 牛乳 (リンゴ 砂糖)
28 木	ワカメチャンプルー もやしのナムル 果物	豚肉 厚揚げ 鯉節 ハム		人参 葱 人参 小松菜	玉葱 しめじ 干椎茸 もやし		醤油 砂糖 塩コショウ 醤油 砂糖 ゴマ油	ビスケット 牛乳	コロミー 牛乳	中華麺 豚ミンチ 葱 醤油 砂糖 オリブオイル
29 金	お月見メニュー							バナナ 牛乳	お月見団子 牛乳	
30 土	野菜ラーメン ゆで卵 果物	豚肉 卵		人参 ニラ	キャベツ もやし	中華麺	鶏がらスープの素 塩コショウ ゴマ油	せんべい 牛乳	菓子	

気になる給食がありましたら、いつでもレシビを準備します  
※献立は変更になる場合があります

お誕生日  
誕生会  
メニュー