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	鶏肉とコーンの炒め物 白菜の和え物　果物 ししゃも	鶏肉 （ししゃも）		人参　ピーマン 人参　ほうれん草	玉葱　コーン　干椎茸 白菜	片栗粉	醤油　砂糖 醤油	ビスケット 牛乳	きな粉団子 牛乳	白玉粉　豆腐　黄粉　黒糖　塩
2	土	豆乳スパゲティ　果物	ベーコン　豆乳	粉チーズ	人参　ほうれん草	玉葱　しめじ	スパゲティ	コンソメ　塩コショウ	せんべい 牛乳	竹輪の磯部揚げ 牛乳	竹輪　小麦粉　青のり　油　BP
4	月	なまつりメニュー							せんべい 牛乳	いちごあんみつ 牛乳	ひなまつりメニュー
5	火	炒り豆腐　果物 ポパイサラダ	豚肉　豆腐　卵		人参　葱 人参　ほうれん草	玉葱　干椎茸 胡瓜　コーン		醤油　砂糖 マヨネーズ　酢　砂糖	ビスケット 牛乳	ぶどうゼリー 牛乳	ぶどう　ぶどうジュース　砂糖　アガー
6	水	豚肉の香味炒め キャベツのおかか和え　果物	豚肉 鰹節		人参　ニラ　青しそ 人参	玉葱　筍　しめじ　エリンギ　ニンニク キャベツ　もやし		醤油　砂糖　ゴマ 醤油	リンゴ 牛乳	じゃが丸くん 牛乳	じゃが芋　片栗粉　バター　海苔 醤油
7	木	魚のカレー南蛮漬け 根菜の煮物　果物	魚 厚揚げ		人参　ピーマン　赤黄パプリカ 人参　インゲン	玉葱　胡瓜 大根　蓮根		醤油　砂糖　酢　カレー粉　塩コショウ 醤油　砂糖	バナナ 牛乳	ホロホロクッキー 牛乳	小麦粉　片栗粉　砂糖　バター　ココア
8	金	ビザ風卵焼き　果物 ツナとわかめのさっと煮	ウインナー　卵 ツナ	チーズ ワカメ	人参　ピーマン　トマト 人参	玉葱 生姜		ケチャップ　塩コショウ 醤油　砂糖	ビスケット 牛乳	和風スイートポテト 牛乳	さつま芋　牛乳　卵　バター　砂糖
9	土	ビビンバ わかめスープ　果物	牛肉　卵	ワカメ	人参　ほうれん草 人参　葱	もやし 玉葱	米	醤油　砂糖　味噌　ゴマ　ごま油 鶏がらスープの素　醤油	せんべい 牛乳	ヨーグルトパンケーキ 牛乳	小麦粉　BP　砂糖　ヨーグルト　卵　油
11	月	バイサイチュルーク　果物 キャベツとコーンの和え物	豚肉 ツナ		葱　ほうれん草 人参	ニンニク　生姜 キャベツ　コーン	リンゴ	醤油　砂糖　みりん 醤油　砂糖	リンゴ 牛乳	ミルククリームサンド 牛乳	食パン　生クリーム　牛乳　砂糖 コーンスターチ
12	火	魚の味噌野菜かけ 大豆入り煮昆布　果物	魚 水煮大豆	チーズ 切昆布	人参　ピーマン	玉葱　しめじ　えのき 干椎茸		味噌　みりん　砂糖　塩コショウ 醤油　砂糖	ビスケット 牛乳	きつねおにぎり 牛乳	米　ツナ　稲荷あげ　竹輪　ゴマ
13	水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 牛乳	弁当日
14	木	誕生会メニュー							バナナ 牛乳	春色クレープ 牛乳	誕生会
15	金	すき焼き風煮　果物 小松菜ときのこのサラダ	牛肉　焼き豆腐 ハム		人参　春菊 人参　小松菜	大根　ごぼう　白菜 しめじ　えのき　胡瓜	こんにゃく	醤油　砂糖　酒 マヨネーズ　酢　砂糖	リンゴ 牛乳	イタリアンプリッツ 牛乳	小麦粉　BP　粉チーズ　塩　砂糖 油　トマトジュース　パセリ
16	土	親子うどん　果物	鶏肉　卵　かまぼこ	ワカメ	人参　葱	玉葱　もやし	うどん麺	醤油　砂糖	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
18	月	魚の菜種焼き　果物 カリフラワーの甘酢和え	魚　卵		ほうれん草 人参　ブロッコリー	玉葱 カリフラワー		マヨネーズ　砂糖　塩コショウ 醤油　砂糖　酢	せんべい 牛乳	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ　黄粉　砂糖
19	火	厚揚げの五目あんかけ 切干大根ののそぼろ炒め　果物	厚揚げ　豚肉　エビ 鶏ミンチ		人参　葱 人参	玉葱 切干大根　キャベツ	片栗粉	醤油　砂糖　酒 醤油　砂糖　みりん	リンゴ 牛乳	ミーゴレン 牛乳	人参　小松菜　もやし　玉葱　ケチャップ　醤油　砂糖　鶏がら
21	木	鶏肉のピザ風炒め　ヨーグルト 野菜の納豆和え	鶏肉 納豆	チーズ ひじき	人参　ピーマン　トマト缶 人参　小松菜	玉葱　しめじ　ニンニク たくあん　胡瓜	片栗粉	ケチャップ　コンソメ　塩コショウ　酒 醤油	バナナ 牛乳	レーズンバー 牛乳	小麦粉　牛乳　バター　BP　ヨーグルト　砂糖　レーズン
22	金	さくら組リクエストメニュー							ビスケット 牛乳	桜エビごませんべい 牛乳	さくらリクエスト給食
23	土	ミートソーススパゲティ ゆで卵　果物	合挽肉 卵	粉チーズ	人参　ピーマン	玉葱　マッシュルーム	スパゲティ	ケチャップ　ソース	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
25	月	華風卵焼き 温野菜サラダ　果物	豚ミンチ　卵 チリメン		人参　葱 人参　ブロッコリー	玉葱　きくらげ　干椎茸 大根　しめじ		鶏がらスープの素　醤油　砂糖 醤油　砂糖	ビスケット 牛乳	ゴマ団子 牛乳	白玉粉　小麦粉　あんこ　油　黒ゴマ
26	火	レバーの甘辛煮 野菜の塩昆布和え　果物	鶏肉　鶏レバー	塩昆布	人参　ニラ 人参　小松菜	玉葱　ごぼう　ニンニク　生姜 キャベツ	こんにゃく	醤油　砂糖	せんべい 牛乳	フルーチェ風 麦茶	オレンジジュース　アガー　砂糖 ヨーグルト
27	水	魚の胡麻照り焼き　ミニトマト ほうれん草の白和え　果物	魚 豆腐	ひじき	（ミニトマト） 人参　ほうれん草		こんにゃく	醤油　みりん　ゴマ　酒 味噌　醤油　砂糖	リンゴ 牛乳	じゃが丸くん 牛乳	じゃが芋　片栗粉　バター　海苔 醤油
28	木	サクサクチキン　絶キャベツ 南瓜のそぼろ煮　ヨーグルト	鶏肉 鶏ミンチ		南瓜　インゲン	ニンニク　（キャベツ）	コーンフレーク 片栗粉	ケチャップ　マヨネーズ　塩コショウ 醤油　砂糖　みりん	バナナ 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
29	金	春野菜カレー 切干大根サラダ　果物	豚肉 カニカマ		人参 人参　青しそ	キャベツ　玉葱　しめじ 胡瓜　切干大根	じゃが芋	カレールウ 醤油　砂糖　酢	ビスケット 牛乳	しらすおにぎり 牛乳	米　しらす　混ぜ込みわかめ
30	土	ガパオ炒めご飯 わかめスープ　果物	鶏ミンチ	ワカメ	人参　赤黄緑ピーマン 人参　葱	玉葱　しめじ　ニンニク えのき　玉葱	米	醤油　砂糖　オイスターソース　カレー粉　酒 コンソメ　塩コショウ	せんべい 牛乳	じり焼き 牛乳	小麦粉　卵　BP　牛乳　黒砂糖 油

気になる給食がありましたら、いつでもレシピを準備します♥♥

※献立は変更になる場合があります