



日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海菜	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑪おやつ	
1月	鶏肉のマーマレード焼き プロッコリ マカロニサラダ 果物	鶏肉 ハム		人参 (プロッコリ) 人参	玉葱 胡瓜 コーン	マーマレード マカロニ	醤油 マヨネーズ 酢 砂糖	ビスケット 牛乳	フレンチトースト 牛乳	食パン 卵 牛乳 砂糖 バター
2火	魚のソース煮 人参の甘煮 ほうれん草のソテー 果物	魚		(人参) 人参 ほうれん草	生姜 しめじ エリンギ		醤油 砂糖 ソース 葱(醤油 砂糖) 塩コショウ	リンゴ 牛乳	バリバリピザ 牛乳	餃子の皮 桜エビ チリメン チーズ マヨネーズ
3水	チリコンカン 果物 インゲンと野菜の胡麻和え	豚ミンチ 大豆		人参 トマト缶 人参 インゲン 小松菜 黄パプリカ	玉葱 コーン マッシュルーム ニンニク	じゃが芋	ケチャップ コンソメ ソース カレー粉 醤油 ゴマ	バナナ 牛乳	きな粉蒸しパン 牛乳	粉 牛乳 甘納豆 黄粉 砂糖 油 BP
4木	レバーの甘辛煮 果物 小松菜と竹輪の和え物	鶏レバー 牛肉 竹輪		人参 ビーマン 人参 小松菜	玉葱 ごぼう ニンニク 生姜 もやし	こんにゃく	醤油 砂糖 醤油	せんべい 牛乳	牛乳プラマンジェ 麦茶	牛乳 砂糖 片栗粉 いちごジャム
5金	チーズオムレツ 春雨の酢の物 果物	卵 合挽肉	チーズ ワカメ	人参 ニラ 人参	玉葱 胡瓜	じゃが芋 春雨	ケチャップ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢 ゴマ	ビスケット 牛乳	黒糖ちんすこう 牛乳	粉 油 黒糖 塩
6土	ベベロンチーノ風パスタ ゆで卵 果物	ベーコン 卵		人参 アスパラ	玉葱 キャベツ ニンニク	スパゲティ	オリーブ油 醤油 塩コショウ	せんべい 牛乳	菓子 牛乳	菓子
8月	ニラ煮 果物 竹輪入り煮昆布	豚肉 厚揚げ 竹輪	切昆布	人参 ニラ 人参 インゲン	玉葱 キャベツ		醤油 オイスターソース 砂糖 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	福徳団子 牛乳	白玉粉 豆腐 青のり 醤油 砂糖 片栗粉
9火	春野菜シチュー もやしの梅風味 果物	鶏肉	牛乳	人参 アスパラ 人参 小松菜	玉葱 しめじ キャベツ もやし	じゃが芋	シチュールー 塩コショウ 醤油 砂糖 梅肉	リンゴ 牛乳	水ようかん 牛乳	こしあん 粉寒天 水 砂糖 塩
10水	キャベツハンバーグ スナップエンドウ 油揚げの卵とじ ヨーグルト	合挽肉 卵 油揚げ 卵		人参 人参 葱	玉葱 キャベツ (スナップエンドウ) 玉葱 干椎茸	パン粉	塩コショウ ケチャップ ソース 醤油 砂糖	せんべい 牛乳	野菜ポッキー 牛乳	粉 人参 バセリ バター 塩 ク リームコーン 粉チーズ
11木	魚の味噌マヨさざれ焼き プロッコリ 切干大根の和え物 果物	魚 カニカマ		(プロッコリ) 人参 青しそ	切干大根 胡瓜	パン粉	マヨネーズ 味噌 青しそ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	バナナ 牛乳	チーズ蒸しパン 牛乳	粉 BP バター チーズ 砂糖 卵 牛乳
12金	厚揚げの肉味噌かけ 果物 ドレッシングサラダ	厚揚げ 合挽肉 ハム		人参 ビーマン 人参 黄パプリカ ほうれん草	玉葱 胡瓜 レタス		醤油 砂糖 味噌 ドレッシング	ビスケット 牛乳	ジャコトースト 牛乳	食パン チリメン 青のり マヨ ネーズ
13土	焼きカレーパン 中華スープ 果物	豚ミンチ 水素大豆	チーズ	人参 葱 人参 葱	玉葱 玉葱	パン粉 食パン 春雨	カレールー 醤油 鶏がらスープの素 塩コショウ	せんべい 牛乳	マカロニあべかわ 牛乳	マカロニ 黄粉 砂糖 塩
15月	鶏肉の甘味噌焼き 鶏キャベツ 野菜の納豆和え 果物	鶏肉 納豆	ひじき	人参 青菜 人参 葱	ニンニク 生姜 (キャベツ) 胡瓜 切干大根 しめじ コーン		醤油 砂糖 味噌 酒 ゴマ 醤油	リンゴ 牛乳	マーブルケーキ 牛乳	粉 イちごジャム 卵 砂糖 バ ター BP 牛乳
16火	洋風かきたま汁 チーズ入りサラダ 果物	鶏肉 豆腐 卵 ベーコン	ワカメ チーズ	人参 葱 人参 ほうれん草 トマト	もやし 玉葱 胡瓜	じゃが芋 片栗粉	醤油 コンソメ 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	バナナ 牛乳	たけのごおにぎり 牛乳	米 卵 人参 油揚げ 醤油 砂糖
17水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 牛乳	
18木	誕生会メニュー							ビスケット 牛乳	フルーツケーキ 牛乳	
19金	麻婆豆腐 果物 野菜のナムル	豚ミンチ 豆腐		人参 葱 人参 小松菜	玉葱 ニンニク 生姜 もやし	片栗粉	味噌 醤油 砂糖 醤油 砂糖 ゴマ油	リンゴ 牛乳	ボルボロン 牛乳	粉 砂糖 ヨーグルト バター 粉 糖
20土	高菜ピラフ 若竹汁 果物	ベーコン 豆腐	ワカメ	人参 高菜漬 葱	葱	米	醤油 みりん ゴマ油 いりこ 醤油	ビスケット 牛乳	ウイナー蒸しパン 牛乳	粉 BP 卵 バター ウイナー 砂糖 カレー 粉 アルミカップ
22月	鮭のふわふわつくね プロッコリ 春キャベツのサラダ 果物	豚ミンチ40 はんぺん20 卵5		人参10 青しそ1 (プロッコリ15) 人参5 インゲン5	白葱20 生姜 玉葱10 キャベツ20 コーン5	片栗粉4	醤油2 砂糖1 塩コショウ 醤油2 砂糖1 酢2	せんべい 牛乳	メロンパンクッキー 牛乳	ホットケーキミックス20 バター5 卵5 グラニュー糖 砂糖4
23火	豚肉と鶏肉のミルクカレー ひじきの酢の物 果物	鶏肉 ハム5	牛乳100 ひじき2	人参5 バセリ0.5 スナップエンドウ10 人参5 黄パプリカ3	玉葱20+10 葱10 胡瓜10 もやし10		バター3 塩コショウ コンソメ カレー粉 醤油1 砂糖2 酢2	ビスケット 牛乳	レーズン入りホットケーキ 牛乳	粉20 BP バター3 砂糖6 リ ンゴ10 レーズン5 卵5
24水	千草煮き 果物 シーチキンサラダ	豚ミンチ10 卵50 豆腐10 ツナ20		人参10 ニラ5 人参5	玉葱20 干椎茸1 えのき5 胡瓜20 コーン5		マヨネーズ7 醤油3 砂糖2 醤油2 砂糖1	リンゴ 牛乳	ビーフン 牛乳	豚ミンチ10 人参5 ビーマン5 玉葱10 キャベ ツ20 ビーフン10 醤油1 油 塩コショウ
25木	豆腐の五目炒め 果物 ほうれん草のおかか和え	豆腐70 豚肉10 エビ10 豆腐1		人参10 葱3 人参5 ほうれん草30	玉葱20 干椎茸1	片栗粉3	醤油2 砂糖2 醤油2 砂糖1	せんべい 牛乳	きな粉ミルククリームパン 牛乳	食パン40 牛乳10 砂糖5 コーン スターチ1.5 生クリーム10 黄粉3
26金	ポベツ スナップエンドウ 果物 コーンとアスパラの炒め物	鶏肉60 ベーコン5	チーズ3	人参5 アスパラ20 人参5 ニラ5	ニンニク (スナップエンドウ20) コーン10 玉葱20	小麦粉6	塩コショウ マヨネーズ7 塩コショウ	バナナ 牛乳	メルティフレーク 牛乳	コーンフレーク12 マッシュマロ 12 バター1
27土	野菜ラーメン ゆで卵 果物	豚肉15 卵25		人参5 ニラ5	キャベツ20 もやし10	中華麺70	ゴマ油1 鶏がらスープの素	ビスケット 牛乳	ココア蒸しパン 牛乳	粉25 ココア2 砂糖5 BP
30火	豚肉と切干大根の炒め物 ジャーマンポテト 果物	豚肉20 ウイナー5		人参10 ビーマン7 バセリ1	玉葱20 キャベツ25 干椎茸1 切干大根3 玉葱5	じゃが芋30	醤油2 砂糖1 オイスターソース1 ゴマ油1 塩コショウ	せんべい 牛乳	カルピスゼリー 麦茶	カルピス20 みかん缶20 砂糖5 ゼラチン2 水40

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