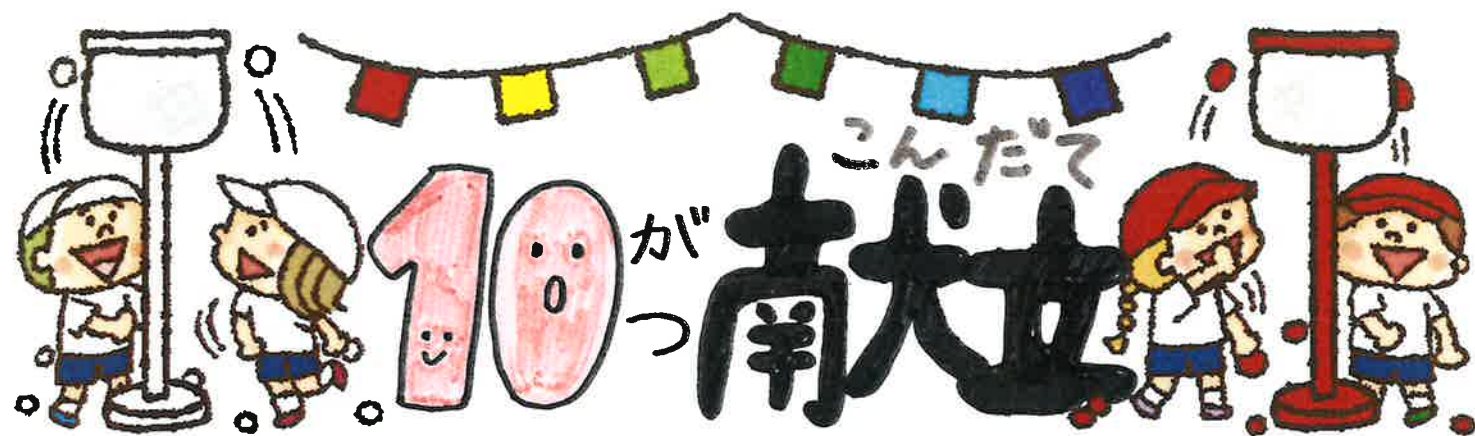




日曜	献立名	魚肉卵豆	乳海藻	緑黄色野菜	その他野菜	米・麺・芋	その他	⑩おやつ	⑮おやつ
1 水	きのこ豚肉の卵炒め 野菜の塩昆布和え 果物	豚肉 卵	塩昆布	人参 青梗菜 人参 小松菜	しめじ キャベツ		醤油 砂糖 オイスター 鶏がら コマ油	ビスケット 牛乳	やせうま 牛乳
2 木	チャンチャン焼き ジャーマンポテト 果物	鮭 ベーコン		人参 葱 パセリ	玉葱 白菜 もやし 玉葱	じゃが芋	バター 味噌 みりん 酒 塩コショウ	リンゴ 牛乳	パンプキンパイ 牛乳
3 金	香港レモンチキン ミニトマト うま塩ひじき 果物	鶏肉 油揚げ	ひじき	(ミニトマト) 人参 ビーマン	干椎茸	片栗粉	醤油 砂糖 オイスター レモン汁 油 醤油 砂糖 ケチャップ みりん だし汁	ビスケット 牛乳	醤油ラーメン 牛乳
4 土	のこのコスバゲティ 果物	ベーコン		人参 葱	玉葱 しめじ エリンギ 生椎茸	スバゲティ	醤油 塩コショウ オリーブ油	せんべい 牛乳	野菜ポッキー 牛乳
6 月	厚揚げと豚肉の生巻焼き 味噌ドレサラダ 果物	豚肉 厚揚げ ハム		人参 人参 ニラ	玉葱 生姜 胡瓜 レタス コーン		醤油 砂糖 醤油 砂糖 味噌 練りごま 酢	ビスケット 牛乳	お月見団子 牛乳
7 火	親子焼き 果物 蓮根とひじきのサラダ	卵 鶏ミンチ	ひじき	人参 小松菜	玉葱 干椎茸 蓮根		醤油 砂糖 マヨネーズ	リンゴ 牛乳	チーズおかわおにぎり 牛乳
8 水	魚のピザ風 切干大根の焼きそば風 果物	魚	チーズ	人参 ビーマン 人参 インゲン	玉葱 しめじ えのき キャベツ 切干大根		ケチャップ 塩コショウ 焼きそばソース 塩コショウ	せんべい 牛乳	ココア入りホットケーキ 牛乳
9 木	豚大根 果物 豆のスタミナサラダ	豚肉 水煮大豆		人参 インゲン トマト	大根 胡瓜 コーン ニンニク	こんにゃく	醤油 砂糖 味噌 練りごま 酢 オリーブ油 酢 塩コショウ	ビスケット 牛乳	じゃが丸くん 牛乳
10 金	具たくさんコーンスープ 和風スバゲティ 果物	鶏肉	牛乳 刻み海苔	人参 青梗菜 パセリ 人参 葱	玉葱 クリームコーン 玉葱 しめじ	じゃが芋 片栗粉 スバゲティ	コンソメ 塩コショウ 醤油 塩コショウ	バナナ 牛乳	黒糖ちんすこう 牛乳
11 土	親子丼 味噌汁 果物	卵 鶏肉 カマボコ	わかめ	人参 葱	玉葱 えのき 白菜	米	醤油 砂糖 いりこ 味噌	せんべい 牛乳	焼きいも 牛乳
14 火	かに玉 果物 野菜の炒め物	卵 カニカマ ウインナー		人参 青梗菜	玉葱 白ネギ グリンピース キャベツ	片栗粉	醤油 砂糖 鶏がら 塩コショウ 醤油 塩コショウ	ビスケット 牛乳	ふわふわカステラ 牛乳
15 水	お弁当日							せんべい 牛乳	菓子 牛乳
16 木	チリコンカン 春雨の酢の物 果物	鶏ミンチ 水煮大豆 ハム	わかめ	人参 トマト缶 人参	玉葱 マッシュルーム コーン ニンニク 胡瓜	じゃが芋 春雨	醤油 砂糖 ケチャップ カレー粉 塩コショウ 醤油 砂糖 酢	バナナ 牛乳	フルーツゼリー 牛乳
17 金	石狩汁 果物 マカロニサラダ	鮭 豆腐	チーズ	人参 葱 人参	白菜 しめじ ごぼう 胡瓜	さつま芋 マカロニ	味噌 マヨネーズ 塩コショウ	リンゴ 牛乳	じゃこマヨトースト 牛乳
20 月	麻婆豆腐 温野菜サラダ 果物	豆腐 鶏ミンチ ツナ		人参 ニラ 人参 フロッコリー	玉葱 干椎茸 ニンニク 生姜 コーン しめじ	片栗粉	醤油 味噌 ドレッシング	ビスケット 牛乳	きな粉棒 牛乳
21 火	ゴロゴロ野菜の卵焼き 切干大根の煮物 果物	卵 ウインナー	チーズ	人参 ビーマン 南瓜 人参 インゲン	玉葱 切干大根 干椎茸		塩コショウ ケチャップ 醤油 砂糖	せんべい 牛乳	チーズクッキーバー 牛乳
22 水	魚のきのこあんかけ ポテトサラダ 果物	魚 ハム		人参 小松菜 人参	玉葱 しめじ えのき 胡瓜 玉葱 コーン	片栗粉 じゃが芋	醤油 砂糖 だし汁 塩コショウ マヨネーズ 塩コショウ	リンゴ 牛乳	キャロットケーキ 牛乳
23 木	豚肉のブルコギ風 果物 ししゃも 胡瓜のゆかり和え	豚肉 ししゃも		人参 ニラ 黄パプリカ	玉葱 しめじ もやし ニンニク 胡瓜		醤油 砂糖 ゴマ ゴマ油 ゆかり	バナナ 牛乳	さつま芋ようかん 牛乳
24 金	元氣ナゲット ほうれん草の白和え 果物	鶏ミンチ レバー 卵 豆腐		人参 人参 ほうれん草	玉葱 玉葱	パン粉 こんにゃく	ケチャップ ソース 塩コショウ 醤油 砂糖 味噌 ゴマ	ビスケット 牛乳	高菜おにぎり 牛乳
25 土	肉うどん ゆで卵 果物	牛肉 カマボコ 卵	わかめ	人参 葱	玉葱 もやし ごぼう	うどん麺	醤油 砂糖	せんべい 牛乳	メロンパン 牛乳
27 月	魚の卵チーズかけ 果物 ほうれん草としめじのおろし和え	魚 卵	チーズ	人参 ほうれん草	大根 しめじ 生姜		マヨネーズ 塩コショウ 醤油 砂糖	ビスケット 牛乳	あんバターケーキ 牛乳
28 火	鶏肉のアングレース風 りっちゃんのサラダ 果物	鶏肉 鯉節 ハム	塩昆布	人参 トマト	キャベツ 胡瓜 コーン 白菜 大根 ごぼう 白ネギ キャベツ	パン粉 粉	醤油 ソース 砂糖 醤油 砂糖 酢 油	リンゴ 牛乳	クープオレンジ 麦茶
29 水	すき焼き風煮 ゴマじゃこサラダ 果物	牛肉 焼き豆腐 チリメン		人参 春菊 フロッコリー		こんにゃく	醤油 砂糖 ゴマ	バナナ 牛乳	りんごとチーズの蒸しパン 牛乳
30 木	誕生会&ハロウィンメニュー							せんべい 牛乳	ハロウィंकッキー 牛乳
31 金	お弁当日							なし	菓子 牛乳

お月見
メニュー

お弁当日

誕生会&
ハロウィン

お弁当日

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