



献立予定表



日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1	火	ごはん 肉じゃが ちりめんピーマン炒め けんちん汁 ぶどう	牛乳 こさりの クッキークリームパン	米、じゃがいも、パン、こんにゃく、片栗粉、ピーマン、油、ごま油	牛乳、牛肉、木綿豆腐、しらす干し、ごま	にんじん、たまねぎ、ぶどう、だいこん、ピーマン、いんげん、白ねぎ
2	水	中華どんぶり 春雨スープ	牛乳 ミニカツゼリー おかし	米、片栗粉、はるさめ、ごま油、焼酎	牛乳、豚肉	たまねぎ、もやし、にんじん、おおさかしろな、はくさい、コーン缶、ピーマン、干しいたけ、カットわかめ
3	木	ごはん 千草卵焼き チャップキ 石狩汁 なし	牛乳 手作りジャムサンド	米、食パン、はるさめ、さといも、こんにゃく、ごま油	牛乳、卵、さけ、豆みそ、鶏ひき肉、豚ひき肉	なし、にんじん、りんごジャム、だいこん、ねぎ、ピーマン、白ねぎ、ごぼう、干しいたけ
4	金	ピピンパ わかめスープ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、米、油、ごま油	牛乳、豚ひき肉、凍り豆腐、ごま	大豆もやし、たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ
第41回運動会						
5	土	うんどうかい				
6	日	うんどうかい				
7	月	ごはん コロケ ささみの酢の物 コンソメスープ	牛乳 手作り きな粉ケーキ	米、小麦粉、マーガリン、砂糖、三温糖、なたね油、ごま油、焼酎	牛乳、鶏ささ身、きな粉、ごま	もやし、きゅうり、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ
8	火	きつねご飯 トックスープ なし	牛乳 チーズ蒸しパン	もち、米、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、油揚げ、卵、ごま	なし、にんじん、ねぎ、焼きのり、干しいたけ
9	水	さつまいもとツナの炊き込みご飯 生揚げと切干大根の炒め煮 菊菜入りおひたし 味噌汁	手作りヨーグルト おかし	米、さつまいも、三温糖、ごま油、焼酎	ヨーグルト(加糖)、生揚げ、ツナ、かつお節、豆みそ	おおさかしろな、キャベツ、なす、にんじん、しゆんぎく、しめじ、白ねぎ、切り干しだいこん
10	木	ごはん ししゃものから揚げ 五目豆 コンソメスープ なし	牛乳 手作りラスク	米、油、片栗粉、こんにゃく、食パン、マーガリン、グラニュー糖	牛乳、ししゃも、だいたい、ちくわ、凍り豆腐	なし、もやし、こまつな、にんじん、えのきたけ、ピーマン、ごぼう
11	金	ごはん 千子ミ ちりめん酢の物 味噌汁	牛乳 手作り 蒸し さつまいも	さつまいも、米、小麦粉、上新粉、はるさめ、ごま油、砂糖、こんにゃく	牛乳、卵、豆みそ、むぎえび、しらす干し、油揚げ	みかん缶、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、にら、ねぎ、切り干しだいこん、カットわかめ
12	土	かやくご飯 豚汁 ぶどう	牛乳 ぶたまん	米、パン、さといも、こんにゃく	牛乳、鶏肉、豚肉、豆みそ、木綿豆腐、油揚げ、しらす干し	にんじん、ぶどう、糸みつば、ごぼう、ねぎ、切り干しだいこん、干しいたけ
13	日	休園です				
14	月	休園です				
15	火	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい 白菜スープ ぶどう	牛乳 こさりの チーズスティックパン	米、パン、焼酎(車ふ)、片栗粉、はるさめ、ごま油	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉	にんじん、はくさい、ぶどう、たまねぎ、もやし、にら、ねぎ、ゆでたけのこ、しいたけ
16	水	ごはん 鶏のから揚げ 柿サラダ 味噌汁	手作りヨーグルト ジャム コーンフレーク	米、コーンフレーク、から揚げ粉、三温糖、砂糖、ごま油、片栗粉、なたね油	ヨーグルト(加糖)、鶏肉、豆みそ、油揚げ	だいこん、かき、なす、かぼちゃ、きゅうり、オクラ、カットわかめ

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)		
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
17	木	ごはん なすグラタン ひじきの五目煮 コンソメスープ	牛乳 こさりの 黒糖スティックパン	米、パン、じゃがいも、マカロニ、こんにゃく、焼酎、ごま油	牛乳、チーズ、豚ひき肉、牛ひき肉、ちくわ	ぶどう、にんじん、なす、ホールトマト缶詰、たまねぎ、こまつな、ピーマン、ひじき
18	金	カミカミ献立 秋野菜と大豆のドライカレー りんごと白菜のサラダ	牛乳 手作り かぼちゃ クッキー	米、小麦粉、さつまいも、マヨネーズ(卵なし)、三温糖、砂糖、卵、小麦	牛乳、豚ひき肉、牛ひき肉、だいたい、無塩バター、鶏ささ身、脱脂粉乳	はくさい、たまねぎ、りんご、にんじん、なす、かぼちゃ、しめじ、しいたけ、コーン缶
19	土	ほうれん草ライス ポターージュ 柿	牛乳 おかし	米	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳	かき、たまねぎ、クリームコーン缶、ほうれん草、キャベツ、コーン缶、にんじん、いんげん、マッシュルーム
20	日	任意保育になります。(お弁当持参ください)				
21	月	ごはん アジフライ 春雨サラダ 味噌汁	お茶 鮭おにぎり	米、油、はるさめ、マヨネーズ(卵抜き)	絹ごし豆腐、さけ(焼)、豆みそ、ツナ水漬缶、油揚げ、ごま	だいこん、トマト、なめこ、ブロッコリー、ねぎ、あおのり、カットわかめ
22	火	任意保育になります。(お弁当持参ください)				
23	水	ごはん マカロニグラタン ひじきとれんこんのきんぴら 味噌汁	牛乳 手作り 豆腐みたらし団子	米、白玉粉、上新粉、じゃがいも、砂糖、マカロニ、片栗粉、ごま油	牛乳、絹ごし豆腐、ウンナー、チーズ、豆みそ、油揚げ、脱脂粉乳、ごま	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、なめこ、もやし、れんこん、いんげん、ねぎ、ひじき
24	木	ごはん 赤魚のからあげ ナムル ボルシチ みかん	牛乳 ドーナツ	米、から揚げ粉、なたね油、片栗粉、ごま油	牛乳、あかうお、鶏肉、脱脂粉乳、ごま	大豆もやし、ホールトマト缶詰、たまねぎ、ほうれん草、みかん、にんじん、キャベツ、いんげん
25	金	ごはん ポークビーンズ ちりめん炒め きのこのクリームシチュー	牛乳 手作り スイートポテト	さつまいも、米、じゃがいも、マーガリン、砂糖、油、ピーマン、ごま油	牛乳、豚肉、鶏肉、だいたい、脱脂粉乳、しらす干し、ごま	たまねぎ、しめじ、コーン缶、キャベツ、にんじん、にら、いんげん
26	土	フルコギ丼 ビーフンスープ 柿	牛乳 ミルクパン	米、パン、油、ビーフン、砂糖	牛乳、牛肉、ウイナー、ごま、豆みそ	かき、たまねぎ、にら、にんじん、オクラ、切り干しだいこん、干しいたけ
27	日	給食室より ※食材は記載と変更になる場合があります。 ※玄関の給食サンプルのところに、食に関するご意見ノートをおいています。 ※何でもお気軽に声をおかけください。				
28	月	ごはん 煮込みハンバーグ トマトサラダ コンソメスープ	牛乳 手作り豆腐団子	米、白玉粉、上新粉、パン粉、砂糖、油、マヨネーズ(卵抜き)、ねりごま	牛乳、豚ひき肉、絹ごし豆腐、牛ひき肉、きな粉	たまねぎ、きゅうり、にんじん、キャベツ、トマト、もやし、レタス、えのきたけ、ねぎ
29	火	ごはん さばの竜田揚げ タキギ和え 里芋のスタミナスープ ぶどう	牛乳 手作り マロンケーキ	米、小麦粉、こんにゃく、さといも、砂糖、油、片栗粉、ごま油	牛乳、さば、牛肉、バター、くりの甘露煮、ちくわ、すりごま	きゅうり、にんじん、ぶどう、だいこん、白ねぎ、ひじき、カットわかめ、しょうが
30	水	ごはん だいこんと厚揚げの煮物 さつまいも素揚げ カレーチャウダー	牛乳 黒糖クッキー	米、さつまいも、じゃがいも、小麦粉、板こんにゃく、黒砂糖、なたね油、油	牛乳、生揚げ、鶏肉、ツナ水漬缶、無塩バター	たまねぎ、だいこん、にんじん、コーン缶、いんげん、あおのり
31	木	2~5歳児は遠足です (弁当持参してください)		ツナクリームスパゲッティ みかん		

よろしくお願
いします♡