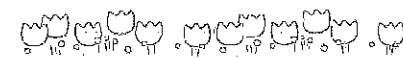




献立

予定表



日	曜	昼食献立名	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	日	5歳児 好きな給食ベスト3 おやつベスト3	①コーンクリームコロッケ②唐揚げ・カレーライス③きつねごはん ①コーンフレークヨーグルト・ロールケーキ・きな粉豆腐団子②チーズ蒸しパン ③みたらし豆腐団子・芋けんぴ			
2	月	ほうれん草ライス コロッケ マカロニシチュー	牛乳 手作り豆腐団子	米、白玉粉、上新粉、マカロニ、砂糖、油	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、豚ひき肉、きな粉、脱脂粉乳	たまねぎ、ほうれん草、にんじん、コーン缶、いんげん、マッシュルーム
3	火	ごはん 鶏のから揚げ ハンバーグ 味噌汁	牛乳 チーズ蒸しパン	米、から揚げ粉、三温糖、はるさめ、ごま油、片栗粉、なたね油	牛乳、鶏肉、絹ごし豆腐、豆みそ、ウインナー、油揚げ、ごま	みかん、だいこん、きゅうり、かぼちゃ、ごまつな
4	水	きつねご飯 トックスープ	牛乳 いちご 芋けんぴ	もち、米、三温糖、ごま油	牛乳、鶏肉、卵、油揚げ、ごま	いちご、にんじん、ねぎ、焼きのり、干ししいたけ
5	木	ごはん ポークビーンズ じゃこスパゲティ 鶏肉のフォー	牛乳 ドーナツ	米、じゃがいも、米粉めん、スパゲティ、油	牛乳、鶏肉、豚肉、だいず、しらす干し、ごま	りんご、たまねぎ、赤たまねぎ、にんじん、コーン缶、ピーマン、いんげん、ねぎ、赤ピーマン
6	金	黒米入りごはん ししゃものから揚げ 野菜チップス 切り干し大根のひじきマリネのっぺい汁	手作り ヨーグルト コーンフレーク	米、じゃがいも、コーンフレーク、油、さといも、片栗粉、板こんにゃく、黒米、三温糖、ごま油	ヨーグルト(加糖)、ししゃも、鶏肉、生揚げ、ウインナー	れんこん、きゅうり、にんじん、ねぎ、切り干しだいこん、ごぼう、いちごジャム、ひじき
7	土	フルコギ丼 ビーフンスープ でごはん	牛乳 おかし	米、油、ピーマン、砂糖	牛乳、牛肉、ウインナー、ごま、豆みそ	でごはん、たまねぎ、にんじん、にら、赤ピーマン、ねぎ、切り干しだいこん、干ししいたけ
8	日	お休み				
9	月	ごはん ひじき卵焼き チャップチェーフ スタミナスープ	お茶 きつね おにぎり	米、はるさめ、ごま油、こんにゃく、三温糖、砂糖	卵、牛肉、豚ひき肉、焼き豆腐、油揚げ、ごま	かぶ・葉、にんじん、ピーマン、白ねぎ、ごぼう、干ししいたけ、しいたけ、ひじき、カットわかめ
10	火	ごはん ハヤシライス ゆで野菜サラダ でごはん	牛乳 手作り豆腐みそ みたらし団子	米、じゃがいも、白玉粉、上新粉、砂糖、押麦、マヨネーズ(卵なし)、片栗粉	牛乳、牛肉、絹ごし豆腐、豆みそ	でごはん、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ブロッコリー、いんげん
11	水	ごはん マカロニグラタン ちりめんピーマン炒め ボルシチ	牛乳 こさりの クッキー クリームパン	米、パン、じゃがいも、マカロニ、ピーマン、ごま油	牛乳、鶏肉、ウインナー、チーズ、脱脂粉乳、しらす干し、ごま	たまねぎ、ホールトマト缶詰、キャベツ、ピーマン、にんじん、いんげん、ほうれん草
12	木	ごはん 納豆 赤魚のからあげ キャベツのお浸し 味噌汁	牛乳 手作りマヨチーズ トースト	米、焼豆、さつまいも、食パン、から揚げ粉、なたね油、マヨネーズ(卵なし)、片栗粉	牛乳、あかうお、納豆、豆みそ、粉チーズ、かつお節	いちご、キャベツ、もやし、にんじん、ねぎ、カットわかめ、あおのり
13	金	ごはん コロッケカレーライス きゅうりのごまサラダ	牛乳 お別れ ロール カステラ	米、じゃがいも、押麦、油	牛乳、ホイップクリーム、豚肉、ツナ水煮缶、ごま	たまねぎ、にんじん、きゅうり、いちご、キャベツ、ブロッコリー、コーン缶

第41回卒園式



14	土	お休み				
15	日	お休み				
16	月	ピンパ わかめスープ	牛乳 手作り ジャムサンド	米、食パン、ごま油	牛乳、豚ひき肉、ごま	大豆もやし、たまねぎ、ほうれん草、にんじん、キャベツ、いちごジャム、えのきたけ、ねぎ、干ししいたけ、カットわかめ
17	火	ごはん 豚肉の生姜焼き 野菜炒め カレーチャウダー	牛乳 ぶたまん	米、じゃがいも、ごま油、油、砂糖	牛乳、豚肉、ツナ油漬缶	たまねぎ、でごはん、キャベツ、にんじん、コーン缶、ピーマン、いんげん

日	曜	昼食献立名	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
18	水	ごはん 煮魚 五目豆 のっぺい汁	牛乳 ミニカップゼリー おかし	米、さといも、こんにゃく、片栗粉、砂糖、油	牛乳、あかうお、だいず、鶏肉、ちくわ、油揚げ	はくさい、にんじん、白ねぎ、ピーマン、ごぼう
19	木	中華どんぶり チキンスープ いちご	牛乳 黒糖パン	米、パン、片栗粉、ごま油	牛乳、豚肉、鶏ひき肉	いちご、はくさい、もやし、たまねぎ、キャベツ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、ピーマン、干ししいたけ
20	金	休園です				
21	土	ツナクリームスパゲティ いちご	牛乳 おかし	スパゲティ	牛乳、ツナ油漬缶、脱脂粉乳	たまねぎ、いちご、マッシュルーム、かぼちゃ、にんじん、いんげん
22	日	お休み				
23	月	ごはん すき焼き風煮物 中華サラダ 味噌汁	牛乳 手作り ココア蒸しパン	米、ホットケーキ粉、こんにゃく、砂糖、はるさめ、三温糖、なたね油、ごま油、焼豆	牛乳、焼き豆腐、豚肉、豆みそ、ウインナー、油揚げ	かぼちゃ、はくさい、にんじん、白ねぎ、ブロッコリー、なめこ、ねぎ、干ししいたけ、ひじき
24	火	黒米入りごはん ししゃものから揚げ 野菜チップス 切り干し大根のひじきマリネのっぺい汁	牛乳 こさりのチーズ スティックパン	米、パン、さといも、こんにゃく、砂糖、なたね油	牛乳、牛肉、さけ、豆みそ、木綿豆腐	でごはん、はくさい、にんじん、ごぼう、だいこん、いんげん、白ねぎ、焼きのり
25	水	チキンカレー(ククラ・コ・マス) 豆サラダ(パトマスサテコ)	手作りラッシー おかし	米、押麦、ごま油	ヨーグルト(無糖)、牛乳、ひよこまめ(ゆで)、鶏肉、ごま	たまねぎ、みかん濃縮果汁、トマト、きゅうり、赤たまねぎ、にんにく、しょうが
26	木	ごはん マーボー豆腐 しょうまい 根菜みそ汁	牛乳 フライドポテト	米、油、こんにゃく、ごま油	牛乳、木綿豆腐、生揚げ、豚ひき肉、豆みそ	でごはん、だいこん、にんじん、白ねぎ、ごぼう、にら、ゆでたけのこ、干ししいたけ
27	金	ごはん 魚フライ ひじきの五目煮 味噌汁	牛乳 みかん おかし	米、油、こんにゃく、ごま油	牛乳、ちくわ、油揚げ、豆みそ	みかん、はくさい、にんじん、もやし、ピーマン、ねぎ、ひじき
28	土	ごはん かやくご飯 豚汁 いちご	牛乳 おかし	米、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	いちご、にんじん、だいこん、ごぼう、糸みつば、ねぎ、干ししいたけ
29	日	お休み				
30	月	ごはん 納豆 焼魚 ポテトサラダ 味噌汁	牛乳 こさりの クリームパン	米、じゃがいも、パン、マヨネーズ(卵なし)	牛乳、さけ、納豆、ウインナー、油揚げ、豆みそ	はくさい、にんじん、たまねぎ、きゅうり、えのきたけ、ねぎ
31	火	職員研修・新年度準備休園とさせていただきます				



2019年度、1年間給食作りにご理解ご協力ありがとうございました。
2020年度もより良い給食作り、食環境の整備に努めてまいりますので、どうぞ
よろしくお願いいたします。
気になることや、質問などありましたらお気軽にお声掛けください。

※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。