



献立

予定表



日	曜	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才児好きな給食 ベスト3	きつねごはん・トックスープ	ピピンパ	からあげ・カレーライス	
2	月	牛肉のきんぴらちらし さつまいもの甘煮 すまし汁	牛乳 こさりの かぼちゃパン	米、パン、さつまいも、砂糖、 あぶら油	牛乳、牛肉、ちく わ	こまつな、にんじん、ごぼう、え のきたけ、きゅうり、いんげん、 焼きのり
3	火	ごはん バナナ ハンバーグ フロッコリーツナマヨサラダ キャベツのスープ	牛乳 フライドポテト	フライドポテト、米、油、米パ ン粉、マヨネーズ (卵なし)	牛乳、豚ひき肉、 牛ひき肉、ツナ水 煮	バナナ、たまねぎ、キャベツ、に んじん、フロッコリー、えのきた け、コーン、ねぎ
4	水	ごはん 煮魚 五目豆 みどしる	牛乳 ぶたまん	米、こんにゃく、砂糖、油	牛乳、さわら、だ いず、木綿豆腐、 まめ豆みそ、ちくわ	はくさい、にんじん、白ねぎ、 ピーマン、ごぼう
5	木	きつねごはん トックスープ オレンジ	牛乳 手作り スイートポテト	もち、米、さつまいも、マーガ リン、砂糖、ごま油	牛乳、鶏肉、卵、 あぶら油揚げ、ごま	にんじん、ねぎ、焼きのり、干し しいたけ、オレンジ
6	金	黒米入りごはん のっぺい汁 ししゃものからあげ 野菜チップ 切り干し大根のひじきマリネ	ヨーグルト コーンフレーク	米、コーンフレーク、じゃがい も、油、さといも、板こんにゃ く、黒米、片栗粉、砂糖、ごま油	ヨーグルト、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、 きり干しだいこん、ねぎ、ごぼ う、ひじき
7	土	ウインナーチャーハン 春雨スープ いちご	牛乳 おかし	米、はるさめ、ごま油	牛乳、ウイン ナー、絹ごし豆腐	にんじん、白ねぎ、ピーマン、ね ぎ、わかめ、コーン、いちご
8	日	5才児好きなおやつ ベスト3	タフィ	フルーツヨーグルト	フライドポテト・ゼリー・かぼちゃパン	
9	月	ピピンパ 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	だいず 大豆もやし、にんじん、たまねぎ、 ほうれんそう、いちごジャム、キャ ベツ、干ししいたけ、ねぎ、わかめ
10	火	ごはん 鶏のからあげ パンサンデー カレーチャウダー	フルーツヨーグルト	米、じゃがいも、砂糖、はるさ め、ごま油、片栗粉、油	ヨーグルト、鶏 肉、ツナ水煮、ウ インナー、ごま	バナナ、たまねぎ、だいこん、み かん缶、きゅうり、いんげん
11	水	ごはん さかなの塩こうじ焼き ひじきの五目煮 みどしる	牛乳 ミニパウチゼリー おかし	米、さといも、こんにゃく、ご ま油	牛乳、さわら、ち くわ、豆みそ	はくさい、にんじん、ピーマン、 ねぎ、ひじき
12	木	ごはん でこぼん マカロニグラタン きゅうりとコーンのサラダ はくさいのスープ	牛乳 タフィ	米、じゃがいも、コーンフレー ク、マカロニ、ごま油	牛乳、鶏肉、チー ズ、バター、ごま	たまねぎ、はくさい、きゅうり、 にんじん、コーン、わかめ、いん げん、こまつな、でこぼん
13	金	コロケカレーライス スティックサラダ	牛乳 手作り お別れカッフェケーキ	米、じゃがいも、上新粉、マー ガリン、発芽玄米、油、マヨ ネーズ (卵なし)	牛乳、ホイップク リーム、牛肉	たまねぎ、だいこん、にんじん、 きゅうり、いちごジャム、ほうれ んそう、いちご
14	土	第47回卒園式				
15	日					

日	曜	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
16	月	中華どんぶり とうふスープ	牛乳 こさりの クッキークリームパン	米、パン、片栗粉、ご ま油	牛乳、豚肉、絹ごし豆 腐	はくさい、たまねぎ、だいこん、 にんじん、もやし、わかめ、ピー マン、ねぎ、干ししいたけ
17	火	ごはん オレンジ 千千ミ ナムル 大根と豚肉のスープ	牛乳 手作り きな粉ケーキ	米、上新粉、小麦粉、 砂糖、ごま油	牛乳、卵、豚肉、パ ター、きなこ、ごま	もやし、だいこん、こまつな、に んじん、にら、たまねぎ、オレン ジ
18	水	ごはん アジフライ ピーマンと野菜のソテー ボルシチ	お茶 わかめおにぎり	米、さつまいも、ピー マン、油、ごま油	鶏肉、ウインナー、牛 乳、ごま	たまねぎ、ホールトマト缶、キャ ベツ、にんじん、ピーマン、わか め
19	木	ごはん りんご 千草卵焼き 切り干し大根の煮物 みどしる	牛乳 パンフキンパイ	米、じゃがいも、ぎよ うざの皮、砂糖、油、 ごま油	牛乳、卵、鶏ひき肉、 豆みそ、ちくわ、パ ター	かぼちゃ、おおさかしろな、にん じん、なめこ、切り干しだいこ ん、ねぎ、干ししいたけ、りんご
20	金	おやすみです				
21	土	ミートスパゲティー オレンジ	牛乳 おかし	スパゲティー、油	牛乳、豚ひき肉	たまねぎ、ホールトマト缶、にん じん、ピーマン、オレンジ
22	日	※かいてある食材はかわるときがあります ※しつもんがあればいつでもきいてください				
23	月	ごはん マーボー豆腐 しゅうまい けんちん汁	手作りラッシー おかし	米、さといも、片栗 粉、ごま油	ヨーグルト、木綿豆 腐、牛乳、豚ひき肉	みかんジュース、だいこん、たま ねぎ、にんじん、にら、ねぎ、ご ぼう、干ししいたけ
24	火	アドボ (鶏の煮込み料理) シニガンスープ りんご	牛乳 フト (チーズ入り米粉おしパン)	米、じゃがいも、上新 粉、砂糖、油、片栗 粉、ごま油	牛乳、鶏肉、豚肉、と ろけるチーズ	たまねぎ、だいこん、にんじん、 りんご
25	水	ごはん 豚肉の甘辛炒め キャベツのおひたし みどしる	牛乳 バナナ	米、さつまいも、砂 糖、油	牛乳、豚肉、豆みそ、 かつお節	バナナ、たまねぎ、キャベツ、も やし、にんじん、わかめ、なめ こ、ピーマン
26	木	ごはん なっとう でこぼん 焼魚 ポテトサラダ みどしる	牛乳 手作り イチゴジャムケーキ	米、じゃがいも、上新 粉、マヨネーズ (卵な し)、油	牛乳、さば、納豆、油 揚げ、ウインナー、豆 みそ	だいこん、にんじん、たまねぎ、 きゅうり、いちごジャム、ねぎ、 でこぼん
27	金	ごはん ポークビーンズ ジャコスパゲティー ポターージュ	牛乳 手作り 黒糖クッキー	米、じゃがいも、小麦 粉、スパゲティー、黒 砂糖、油	牛乳、豚肉、だいず、 バター、しらす干し、 黒ごま、ごま	かぼちゃ、たまねぎ、クリーム コーン缶、にんじん、いんげん、 コーン、ピーマン
28	土	ひじきごはん さつまいも汁 いちご	牛乳 おかし	米、さつまいも、板こ んにゃく、ごま油	牛乳、豚肉、鶏肉、焼 き豆腐、豆みそ、油揚 げ	いちご、にんじん、ピーマン、ご ぼう、ひじき、ねぎ
29	日					
30	月	ごはん にくじゃが ちりめん二郎炒め 石狩汁	お茶 手作り カルシウムおにぎり	米、じゃがいも、こんにゃく、さといも、 ピーマン、油、ごま油	さけ、牛肉、豆みそ、 チーズ、しらす干し、 ごま、かつお節	にんじん、だいこん、たまねぎ、 にら、いんげん、ねぎ、こまつ な、ごぼう
31	火	職員研修・新年度準備のためおやすみです。				