

日	献 立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
3 火 B	ごはん 鶏肉のチーズ焼き コーンとわかめの和え物 スープ(レタス)	鶏肉 チーズ わかめ ベーコン	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ トマト キャベツ コーン レタス	七分つき米 砂糖 	マカロニきなこと マカロニ きな粉 砂糖 黒糖ラスク 黒糖 バター 食パン
4 水 B	ごはん 魚の照り焼き ツナサラダ 鶏団子スープ	魚の切り身 ツナ 鶏ミンチ 卵	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 白菜 しいたけ ほうれん草 しょうが	七分つき米 砂糖 マヨネーズ 春雨 片栗粉	ジャムケーキ ジャム 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
5 木 A	ごはん 焼きそば 吸い物(卵 ほうれん草)	豚ミンチ 卵 	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ねぎ ほうれん草	七分つき米 そば	★バナナ
6 金 特	誕生会 ドリア コロッケ 野菜スープ 赤飯 ゼリー お菓子	ウインナー 牛乳 粉チーズ 合挽きミンチ 小豆	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ 大根 パセリ	七分つき米 小麦粉 パン粉 バター じゃがいも もち米	★ポテトチップス ★ラムネ
7 土 B	ごはん 酢豚 中華サラダ スープ(わかめ)	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり もやし ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	スノーボールクッキー バター 砂糖 ホットケーキミックス
9 月	ふれあい弁当の日	給食はありません。手作りのお弁当を持たせてくださいね。			あん団子 小豆 白玉粉
10 火 B	ごはん 魚の味噌煮込み 根菜サラダ 吸い物(豆腐 まいたけ)	魚の切り身 味噌 ハム 豆腐	ブロッコリー れんこん ごぼう 人参 コーン まいたけ 長ねぎ	七分つき米 砂糖 マヨネーズ 	コーンにぎり コーン 七分つき米
11 水 B	ごはん ちくわの香り揚げ 肉じゃが(カレー風味) 味噌汁(根菜)	ちくわ 卵 牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 れんこん ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 糸こんにゃく	★バナナ
12 木 A	ひじきごはん 酢の物 粕汁	ひじき うすあげ ハム 豚肉 ちくわ	人参 しいたけ キャベツ きゅうり えのき 大根 しめじ ねぎ	七分つき米 こんにゃく 砂糖 うどん 酒粕	チーズパン チーズ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
13 金 B	ごはん 魚のゆかり焼き 大豆サラダ 味噌汁(きのこ)	魚の切り身 大豆 ハム 味噌 	大根 人参 きゅうり コーン しいたけ しめじ えのき ねぎ	七分つき米 パン粉 バター 砂糖 マヨネーズ	★おととと ★ラムネ
14 土 特	豚玉丼 和え物 味噌汁(さつまいも)	豚肉 卵 ツナ 味噌	玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ しめじ 小松菜 ねぎ	七分つき米 砂糖 さつまいも	パイナップルケーキ パイン缶 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
16 月 A	ごはん 南瓜のチーズ焼き カレースープ	チーズ ウインナー	南瓜 玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 エリンギ ブロッコリー	七分つき米 マカロニ 	ウインナーにぎり ウインナー 七分つき米
17 火 B	ごはん 魚の塩焼き 春雨サラダ ごまスープ	魚の切り身 味噌	人参 きゅうり コーン 玉ねぎ ほうれん草 もやし ねぎ	七分つき米 春雨 マヨネーズ ごま 里芋	蒸し芋 さつまいも
18 水 B	ごはん ちぐさ焼き 野菜のゆかり和え 味噌汁(南瓜)	鶏ミンチ 卵 味噌 	玉ねぎ 人参 しいたけ キャベツ 小松菜 南瓜 ねぎ	七分つき米 	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
19 木 特	マーボー豆腐丼 中華スープ	豚ミンチ 豆腐 味噌	玉ねぎ 小松菜 人参 白菜 しいたけ もやし ねぎ	七分つき米 片栗粉	

始業式

1/8 水 A	ごはん スパニッシュオムレツ コンソメスープ	卵 ウインナー	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ ブロッコリー 大根 エリンギ コーン	七分つき米 じゃがいも 砂糖	かつおにぎり かつお節 七分つき米
---------------	------------------------------	------------	--	-------------------	-------------------------

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。

♪ 天候等により、献立、食材がやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。



日	献立	(赤) 血や肉になる食品	(緑) 体の調子を整える食品	(黄) 働く力になる食品	3時のおやつ
3 火 B	ごはん 鶏肉のトマト煮 コーンとわかめの和え物 スープ (レタス)	鶏肉 わかめ ベーコン	玉ねぎ 人参 ほうれん草 しめじ トマト キャベツ コーン レタス	七分つき米 砂糖 	マカロニきなこ マカロニ きな粉 砂糖
4 水 B	ごはん 魚の照り焼き ツナサラダ 鶏団子スープ	魚の切り身 ツナ 鶏ミンチ 卵	キャベツ きゅうり 玉ねぎ 白菜 しいたけ ほうれん草	七分つき米 砂糖 春雨 片栗粉	黒糖ラスク 黒糖 バター 食パン
5 木 A	ごはん 焼きそば 吸い物 (卵 ほうれん草)	豚ミンチ 卵 	玉ねぎ 人参 キャベツ もやし ねぎ ほうれん草	七分つき米 そば	ジャムケーキ ジャム 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
6 金 特	誕生会 ケチャップライス 蒸し芋 野菜スープ 赤飯 ゼリー お菓子	ウインナー 小豆	人参 玉ねぎ ピーマン キャベツ 大根 パセリ	七分つき米 じゃがいも もち米	★バナナ
7 土 B	ごはん 豚肉の煮物 中華サラダ スープ (わかめ)	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり もやし ねぎ	七分つき米 砂糖	★ポテトチップス ★ラムネ
9 月	ふれあい弁当の日	給食はありません。手作りのお弁当を持たせてくださいね			スノーボールクッキー バター 砂糖 ホットケーキミックス
10 火 B	ごはん 魚の味噌煮込み 根菜サラダ 吸い物 (豆腐 まいたけ)	魚の切り身 味噌 ハム 豆腐	ブロッコリー れんこん ごぼう 人参 コーン まいたけ 長ねぎ	七分つき米 砂糖 	あん団子 小豆 白玉粉
11 水 B	ごはん 焼きウインナー 肉じゃが (カレー風味) 味噌汁 (根菜)	ウインナー 牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 れんこん ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 砂糖 じゃがいも 春雨	コーンにぎり コーン 七分つき米
12 木 A	ひじきごはん 和え物 味噌煮込みうどん	ひじき うすあげ ハム 豚肉 ちくわ 味噌	人参 しいたけ キャベツ きゅうり えのき 大根 しめじ ねぎ	七分つき米 砂糖 うどん	★バナナ
13 金 B	ごはん 魚の塩焼き 大豆サラダ 味噌汁 (きのこ)	魚の切り身 大豆 ハム 味噌 	大根 人参 きゅうり コーン しいたけ しめじ えのき ねぎ	七分つき米 砂糖	チーズパン チーズ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
14 土 特	豚玉丼 和え物 味噌汁 (さつまいも)	豚肉 卵 ツナ 味噌	玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ しめじ 小松菜 ねぎ	七分つき米 砂糖 さつまいも	★おとつと ★ラムネ
16 月 A	ごはん 蒸し南瓜 コンソメスープ	ウインナー	南瓜 玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 エリンギ ブロッコリー	七分つき米 マカロニ 	パイナップルケーキ パイナップル 豆乳 砂糖 ホットケーキミックス
17 火 B	ごはん 魚の塩焼き 春雨サラダ ごまスープ	魚の切り身 味噌	人参 きゅうり コーン 玉ねぎ ほうれん草 もやし ねぎ	七分つき米 春雨 ごま じゃがいも	ウインナーにぎり ウインナー 七分つき米
18 水 B	ごはん ちぐさ焼き 和え物 味噌汁 (南瓜)	鶏ミンチ 卵 味噌 	玉ねぎ 人参 しいたけ キャベツ 小松菜 南瓜 ねぎ	七分つき米	蒸し芋 さつまいも
19 木 特	マーボー豆腐丼 中華スープ	豚ミンチ 豆腐 味噌	玉ねぎ 小松菜 人参 白菜 しいたけ もやし ねぎ	七分つき米 片栗粉 	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー

始業式

1/8 水 A	ごはん スパニッシュオムレツ コンソメスープ	卵 ウインナー	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ ブロッコリー 大根 エリンギ コーン	七分つき米 じゃがいも 砂糖	かつおにぎり かつお節 七分つき米
---------------	------------------------------	------------	--	-------------------	-------------------------

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。

♪ 天候等により、献立、食材がやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。

