




2015年

日	曜日	献立名	使用する主な食材				おやつ	
							未満児10時	全児童3時
1	土	ホワイトシチュー オレンジ (バターロール)	国産豚肩ロース グリーンピース ハッピーターン	じゃがいも スキムミルク ピルクル	たまねぎ シチューベース 白い風船	にんじん オレンジ ニューバターロール	白い風船	ハッピーターン ピルクル
3	月	麻婆豆腐・リャンサンスー 白玉ふの澄まし汁 (ごはん)	木綿豆腐 ねぎ きゅうり	豚ひき肉 グリーンピース クレープエッグ	たまねぎ はるさめ 白いりごま	にんじん かにかまぼこ 白玉ふ	ミニゼリー	小結あられ 牛乳
4	火	五目チャーハン・お魚フライ わかめスープ・メロン	五目チャーハン スイートコーン にんじん	白身魚フライ プチトマト メロン	きゃべつ わかめ ピルクル	魚肉ソーセージ たまご	ピルクル	ケーキ 牛乳
5	水	カレイのバター正油焼き・炒り煮 さつまいものみそ汁 (納豆ごはん)	かれい もうそう さつまいも	トマト ごぼう 油揚げ	生揚げ にんじん みずな	角こんにゃく いんげん ミニクワッサン	洋梨缶	ミニクワッサン オレンジジュース
6	木	夏野菜カレー・フレンチサラダ オレンジ (ごはん)	国産豚肩ロース 牛乳 ロースハム	かぼちゃ カレールウ 黄ピーマン	たまねぎ 福神漬 オレンジ	にんじん ブロッコリー 魚肉ソーセージ	ヨーグルト	ソーセージボール 牛乳
7	金	冷やしそうめん フルーチェ	そうめん たまご 白桃缶	スライスかまぼこ プチトマト 特濃ミルククッキー	ほうれん草 フルーチェ かーさんケット	きざみのり 牛乳 米	かーさんケット	特濃ミルククッキー 牛乳
8	土	親子丼・中華風スープ ぶどうゼリー (ごはん)	たまご 絹さや 万能ねぎ	鶏肉 チンゲン菜 ジュシーぶどうゼリー	たまねぎ 絹ごし豆腐 ばりんこ	しらたき にんじん ピルクル	お子様せんべい	ばりんこ ピルクル
10	月	ポークチャップ・シーザーサラダ さつまいもの豆乳みそ汁 (ごはん)	国産豚肩ロース きゃべつ さつまいも	たまねぎ ロースハム 油揚げ	ピーマン スイートコーン 万能ねぎ	レタス スキムミルク 豆乳	マンナウエファ	カールスナック 牛乳
11	火	赤魚の照り焼き・ポテトサラダ ベジタ納豆・やさいスープ (ごはん)	赤魚 スキムミルク はくさい	じゃがいも 納豆 にんじん	魚肉ソーセージ オクラ アンパンマンのソフトせんべい	きゅうり こまつな 牛乳	パイン缶	アパマンのソフトせんべい 牛乳
12	水	焼きそば・菜種和え やさいジュース・いちごヨーグルト	中華めん ピーマン かにかまぼこ	国産豚肩ロース にんじん プチトマト	もやし ブロッコリー やさいジュース	たまねぎ たまご 牧場の朝ヨーグルト(いちご)	キャンディチーズ	ココナッツサブレ 牛乳
13	木	あぶり焼きチキン・スパゲティサラダ 油揚げのみそ汁・りんごゼリー (ごはん)	あぶり焼きチキンステーキ フルーティールんごゼリー 米	スパゲティサラダ 小魚せんべい	レタス 牛乳	油揚げのみそ汁 ピルクル	ピルクル	小魚せんべい 牛乳
14	金	しゅうまい・マカロニサラダ 枝豆・あさり汁	かに風味しゅうまい さや付きえだまめ 米	とうふしゅうまい あさり汁	プチトマト 牛乳	マカロニサラダ ビスコ	ビスコ	きなこ餅 牛乳
15	土	コロ玉カレー オレンジ (ごはん)	国産豚肩ロース にんじん オレンジ	うすら卵 スキムミルク 北の卵サブレ	じゃがいも カレールウ ピルクル	たまねぎ 福神漬 ハイハイ	ハイハイ	北の卵のサブレ ピルクル
17	月	つくねと根菜の中華風煮・ちくわのカレー風味焼き きゃべつのみそ汁 (ごはん)	チキンボール れんこん レタス	だいこん にんじん きゃべつ	角こんにゃく いんげん 油揚げ	生揚げ ちくわ 薄皮クリームパン	ヨーグルト	プチクリームパン 牛乳
18	火	さらさ焼き卵・金平ごぼう 豆腐のみそ汁 (納豆ごはん)	たまご トマト さつまいも	たまねぎ ごぼう 絹ごし豆腐	ピーマン しらたき みずな	干しいたけ にんじん キャラメルコーン	みかん缶	キャラメルコーン かっぱえびせん 牛乳
19	水	照り焼きチキン・マールサラダ 大根のみそ汁 (ごはん)	鶏肉 ちくわ 生揚げ	トマト むき枝豆 チョコチップクッキー	かぼちゃ スキムミルク 飲むヨーグルト	さつまいも だいこん リッツ	リッツ	チョコチップクッキー のむヨーグルト
20	木	冷やしうどん バナナ	米粉めん 万能ねぎ マンナビスケット	たまご バナナ	チンゲン菜 こつぶっこ	プチトマト ミックスジュース	ミニゼリー	こつぶっこ ミックスジュース
21	金	あじの西京焼き・シャキシャキ和え たまごの澄まし汁 (ごはん)	あじ スイートコーン さつまいも	こまつな たまご 牛乳	もやし まいたけ マンナビスケット	かにかまぼこ みつば 米	マンナビスケット	さつまいもの茶巾 牛乳
22	土	中華丼・きのこのみそ汁 ヨーグルト (ごはん)	はくさい にんじん ほうれん草	国産豚肩ロース 黒きくらげ 牧場の朝ヨーグルト(プレーン)	うすら卵 絹さや 瀬戸の汐揚	もうそう しめじ ピルクル	がんばれ野菜家族	瀬戸の汐揚 ピルクル
24	月	ハヤシライス・マメマメサラダ バナナ (ごはん)	国産豚肩ロース マッシュルーム バナナ	じゃがいも むき枝豆 さっぱり塩味	たまねぎ ブロッコリー ミルクココア	にんじん 魚肉ソーセージ スキムミルク	ミニゼリー	さっぱり塩味 ココアミルク
25	火	しらす入り卵焼き・ミネラルサラダ 青菜のみそ汁 (ごはん)	たまご にんじん わかめ	しらす干し もやし こまつな	万能ねぎ ロースハム 絹ごし豆腐	スキムミルク きゅうり サッポロポト・ベジタブル	黄桃缶	サッポロポト・ベジタブル 牛乳
26	水	豆腐とツナのハンバーグ・おかかまぶし たまねぎのみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 たまご 花かつお	シーチキン トマト たまねぎ	ねぎ チンゲン菜 干しいたけ	にんじん スライスかまぼこ ハニードーナツ	ピルクル	ハニードーナツ 牛乳
27	木	ほっけの和風ムニエル・ピーナッツ和え ポパイ納豆・卵豆腐のすまし汁 (ごはん)	ほっけ 粉末ピーナッツ 卵豆腐	きゃべつ ピーナッツバター みつば	かにかまぼこ 納豆 ストリングポテト	にんじん ほうれん草 黒すりごま	ヨーグルト	ごま塩ポテト 牛乳
28	金	かしわうどん バナナ	茹うどん なると マンナビスケット	鶏肉 バナナ	こまつな サラダうす焼き	にんじん 牛乳	マンナビスケット	サラダうす焼き 牛乳
29	土	シュリンプカレー オレンジ (ごはん)	むきえび にんじん 福神漬	国産豚肩ロース アスパラガス オレンジ	じゃがいも スキムミルク 雪の宿	たまねぎ カレールウ ピルクル	いかちび	雪の宿 ピルクル
31	月	厚揚げの甘辛すき焼き風・さっぱり和え たまねぎのみそ汁 (納豆ごはん)	生揚げ 絹さや たまねぎ	国産豚肩ロース だいこん 油揚げ	はくさい スライスかまぼこ とんがりコーン	にんじん むき枝豆 牛乳	ハイハイ	とんがりコーン 牛乳

今月のふるさと産品

4日 露地メロン県産品 青森県産品の美味しいメロンです。

20日 米粉めん 県産米の「つがるロマン」を使ったもちもちした麺です。



給食の研修などにより、献立が変更になることもあります。
4日はお誕生会です。主食の持参は必要ありません。
()は未満児の主食となっております。

作成 (株) 栄 研 / 栄養管理課

