

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	未満児10時	全児童3時		
4	月	ひじきスクランブル・ごま醤油和え納豆・じゃがいものみそ汁 (ごはん)	たまご スキムミルク 納豆	芽ひじき ブロッコリー じゃがいも	たまねぎ ローズハム 油揚げ	にんじん 黄ピーマン 調整豆乳	ミニゼリー	さやえんどう牛乳
5	火	白身魚のフライ・筑前煮わかめのみそ汁 (ごはん)	白身魚フライ れんこん わかめ	トマト 角こんにやく 絹ごし豆腐	さつま揚げ 干しいたけ ホワイトロリータ	にんじん いんげん りんごジュース	ヨーグルト	ホワイトロリータ りんごジュース
6	水	すき焼き風煮・じゃこサラダはんぺんのみそ汁 (ふりかけごはん)	国産豚肩ロース にんじん しらす干し	焼き豆腐 えのきたけ だいこん	はくさい ねぎ みずな	しらたき 絹さや はんぺん	いかちび	ぼたぼた焼き牛乳
7	木	チャーハン・あおもり牛ハンバーグ かき玉スープ・あわせるゼリー	チャーハン スイートコーン あわせるゼリー	あおもり牛ハンバーグ プチトマト 黄桃缶	シーチキン たまご パイナップル	チンゲン菜 たまねぎ 牛乳	ピルクル	ケーキ牛乳
8	金	ぼたてカレー・フレンチサラダみかん (ごはん)	ミニホタテ にんじん 福神漬	国産豚肩ロース アスパラガス きゃべつ	じゃがいも スキムミルク かにかまぼこ	たまねぎ カレールウ きゅうり	マンナウエファ	チーズ入りミルク蒸しパン牛乳
9	土	ピピンパ丹・葉大根のみそ汁 ブルーベリーヨーグルト (ごはん)	たまご にんじん 高野豆腐	豚ひき肉 きざみのり 板心	もやし 白いりごま	こまつな 葉大根 白い風船	かーさんケット	白い風船 ピルクル
12	火	パンブキンコロッケ・パンパンジーサラダ けの汁 (ごはん)	かぼちゃコロッケ きゅうり 油揚げ	レタス にんじん ポップコーン	鶏ささぎ けの汁の具 リッツ	もやし 系こんにやく 牛乳	ミニゼリー	ポップコーン リッツ牛乳
13	水	鮭のきのこソースかけ・マヨドレ和え かき玉汁 (納豆ごはん)	鮭 トマト スキムミルク	たまねぎ ブロッコリー たまご	えのきたけ 魚肉ソーセージ みずな	しめじ 黄ピーマン えびうす焼き	ピルクル	えびうす焼き ミックスジュース
14	木	ミートソースパグティ・ポパイスープ オレンジ	スパゲティ パセリパウダー オレンジ	豚ひき肉 ほうれん草 フレンチポテト	たまねぎ 黒きくらげ 黒すりごま	にんじん あさり 牛乳	ヨーグルト	ごま塩ポテト 牛乳
15	金	シュリンプシチュー・シャキシャキサラダ ヨーグルト (バターロール)	むきえび にんじん だいこん	国産豚肩ロース アスパラガス ローズハム	じゃがいも スキムミルク スイートコーン	たまねぎ シチューベース 白いりごま	がんばれ野菜家族	しるこサンド 牛乳
16	土	豚玉丼・豆腐のみそ汁 バナナ (ごはん)	たまご グリーンピース 黒糖みるく	国産豚肩ロース 絹ごし豆腐 ピルクル	たまねぎ こまつな 白桃缶	しらたき バナナ 米	白桃缶	黒糖みるく ピルクル
18	月	けんちゃん汁・だし巻き卵 二色和え (ごはん)	鶏肉 にんじん たまご	木綿豆腐 ごぼう プチトマト	だいこん えのきたけ ブロッコリー	系こんにやく ねぎ スライスかまぼこ	ハイハイ	おさつスナック ココアミルク
19	火	手作りお弁当の日					ピルクル	星たべよ 牛乳
20	水	あじの西京焼き・マーブルサラダ 納豆・豆腐の澄まし汁 (ごはん)	あじ 魚肉ソーセージ 干しいたけ	にんじん きゅうり わかめ	じゃがいも 納豆 アスパラガスビスケット	さつまいも 絹ごし豆腐 牛乳	洋梨缶	アスパラガスビスケット 牛乳
21	木	焼きうどん・中華風スープ ブルーチェ	焼うどん にんじん なると	豚肩ロース ピーマン 万能ねぎ	きゃべつ 白いりごま 油揚げ	たまねぎ もずく 牛乳	アンパンマンのソフトせんべい	ポテコ 牛乳
22	金	ハヤシライス・ごま風味和え ぶどうゼリー (ごはん)	国産豚肩ロース しめじ ちくわ	じゃがいも グリーンピース スイートコーン	たまねぎ ハヤシルウ シューシューぶどうゼリー	にんじん ほうれん草 プチクリームパン	ヨーグルト	プチクリームパン 牛乳
23	土	保育発表会				すみれ・ひまわり・さくら組 たんぽぽ・ばら・ゆり組	持ち帰りお寿司 巻き寿司、味噌汁	
25	月	お好み焼き卵・シャーマンポテト 厚揚げの豆乳みそ汁 (納豆ごはん)	たまご トマト パセリパウダー	きゃべつ じゃがいも 生揚げ	むきえび たまねぎ ほうれん草	あおのり ベーコン 調整豆乳	ミニゼリー	塩A字ビスケット 牛乳
26	火	さばのミルク煮・ドレッシング和え 鶏そぼろ・だいこんのみそ汁 (ごはん)	さば ローズハム だいこん	牛乳 むき枝豆 にんじん	万能ねぎ 白いりごま 油揚げ	もやし 鶏ひき肉 小結あられ	みかん缶	小結あられ マミー
27	水	おからのフライ・おほか和え たまねぎのみそ汁 (細切り昆布ごはん)	おからフライ 花かつお プチチョコパン	プチトマト たまねぎ プチクリームパン	チンゲン菜 たまご 牛乳	かにかまぼこ 葉大根 ピルクル	ピルクル	プチチョコパン 牛乳
28	木	みそ煮込みうどん バナナ	焼うどん にんじん 牛乳	スライスかまぼこ ねぎ たまご	鶏肉 バナナ ヨーグルト	こまつな さつまいも スキムミルク	ヨーグルト	スイートポテト 牛乳
29	金	まめまめカレー・ブロッコリーサラダ フレッシュアップル (ごはん)	国産豚肩ロース ゆでだいず ブロッコリー	じゃがいも スキムミルク 魚肉ソーセージ	たまねぎ カレールウ スイートコーン	にんじん 福神漬 フレッシュアップル	キャンディチーズ	味しらべ 牛乳
30	土	中華丼・わかめスープ ラ・フランスゼリー (ごはん)	はくさい にんじん わかめ	国産豚肩ロース なると たまねぎ	うすら卵 黒きくらげ えのきたけ	もうそう 絹さや ラ・フランスゼリー	マリービスケット	小魚せんべい ピルクル

今月のふるさと産品

7日 あおもり牛ハンバーグ 県産牛のおいしいハンバーグです。  
 29日 県産フレッシュアップル 県産りんごをコンポートにしました。

作成 (株) 栄研 / 栄養管理課  
 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。  
 7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。

