

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	火	手作りお弁当の日					ビルクル	まがりせんべい 牛乳
2	水	☆鮭のバター正油焼き・カルシウム和え納豆・えのきのみそ汁 (ごはん)	鮭 プロセスチーズ 万能ねぎ	プチトマト 納豆 プチチョコパン	こまつな えのきたけ ミックスジュース	にんじん 油揚げ 黄桃缶	黄桃缶	プチチョコパン ミックスジュース
3	木	しょうゆラーメン バナナ	中華めん めんま味付け バナナ	たまご なると ひなあられ	チンゲン菜 ねぎ サラダうす焼き	豚ももチャーシュー ラーメンスープ	がんばれ野菜家族	ひなあられ サラダうす焼き 牛乳
4	金	エッグカレー・ごま醤油かけプリン (ごはん)	うすら卵 にんじん 福神漬	国産豚肩ロース アスパラガス もやし	じゃがいも スキムミルク シーチキン	たまねぎ カレールウ 黄ピーマン	マンナウエファ	バタークッキー 牛乳
5	土	卒園式	ゆり組 お子様弁当 ばら・たんぼぼ・さくら・ひまわり組・すみれ組				のり巻き、味噌汁	
7	月	厚揚げのイタコソース炒め・ごまごまだいこんのみそ汁 (納豆ごはん)	生揚げ にんじん スライスかまぼこ	鶏肉 絹さや 白すりごま	たまねぎ トマト だいこん	糸こんにゃく こまつな 葉だいこん	ミニゼリー	ベジタべる おしゃぶり昆布 牛乳
8	火	あじの竜田揚げ・和風サラダ☆鶏そぼろ・かき玉汁 (ごはん)	あじ 鶏ひき肉 ばかうけ	たまご 鶏ひき肉 牛乳	フロccoli たまご 牛乳	ロースハム みずな ヨーグルト	ヨーグルト	ほかうけ 牛乳
9	水	ジャーマンポテトエッグ・きざみ昆布の炒り煮もやしのみそ汁 (ごはん)	ストリングポテト たまご しらたき	たまねぎ スキムミルク さつま揚げ	ポークウインナー きざみこんぶ むぎ枝豆	ピーマン にんじん もやし	白桃缶	塩A字ビスケット マミー
10	木	☆野菜あんかけうどん りんご	茹うどん しめじ さつまいも	鶏肉 なると 牛乳	はくさい ねぎ たまご	にんじん りんご ビルクル	ビルクル	スイートポテト 牛乳
11	金	☆ハヤシライス・ミネラル和えヨーグルト (ごはん)	国産豚肩ロース グリーンピース スイートコーン	じゃがいも ハヤシルウ わかめ	たまねぎ きゃべつ 調理のヨーグルト (プレーン)	にんじん かにかまぼこ ココアエハース	キャンディチーズ	ココアエハース 牛乳
12	土	三色丼・つるつるわかめスープ バナナ (ごはん)	鶏ひき肉 絹ごし豆腐 ビルクル	たまご 糸みつば リッツ	ほうれん草 バナナ 米	つるつるわかめ 瀬戸の汐揚	リッツ	瀬戸の汐揚 ビルクル
14	月	☆照り焼きチキン・シャキシャキサラダ卵豆腐の澄まし汁 (ふりかけごはん)	鶏肉 むぎ枝豆 万能ねぎ	トマト にんじん プチクリームパン	だいこん 卵豆腐 牛乳	ちくわ しめじ 洋梨缶	洋梨缶	プチクリームパン 牛乳
15	火	さばのごま焼き・菜種和え厚揚げのみそ汁・オレンジ (ごはん)	さば きゃべつ オレンジ	白いりごま ロースハム 生揚げ	レタス 生揚げ 牛乳	たまご 葉だいこん ヨーグルト	ヨーグルト	しっとりソフトクッキー 牛乳
16	水	豆腐ステーキ豚肉のせ・☆フロccoliサラダ納豆・はるさめスープ (ごはん)	木綿豆腐 フロccoli 納豆	国産豚肩ロース 魚肉ソーセージ はるさめ	たまねぎ スイートコーン もうそう	絹さや スキムミルク ベーコン	ミニゼリー	カルシウムせんべい ココアミルク
17	木	五目にゆづめん オレンジ	そうめん 棒ふ 魚肉ソーセージ	天かす 干しいたけ ホットケーキ粉	チンゲン菜 ねぎ たまご	スライスかまぼこ オレンジ スキムミルク	アンパンマンのソフトせんべい	ソーセイボール 牛乳
18	金	ポークカレー・カラフル和えいちごヨーグルト (ごはん)	国産豚肩ロース アスパラガス こまつな	じゃがいも スキムミルク 鶏ささみ	たまねぎ カレールウ 黄ピーマン	にんじん 福神漬 調理のヨーグルト (いちご)	キャンディチーズ	ほりんご 牛乳
19	土	ピピン丼・もずくの澄まし汁 バナナ (ごはん)	たまご にんじん はんぺん	豚ひき肉 きざみのり 糸みつば	もやし 白いりごま バナナ	ほうれん草 もずく ハッピーターン	ポーロ	ハッピーターン ビルクル
22	火	オムレツ&ウインナー・おかか和えあいしょう汁 (納豆ごはん)	プレーンオムレツ ちくわ ベーコン	ポークウインナー 花かつお はるさめ	レタス さつまいも 牛乳	フロccoli たまねぎ りんごかりんとう	パイン缶	りんごかりんとう マミー
23	水	かわいいの和風ミニエール・パンフキンサラダわかめのみそ汁 (ごはん)	かわいい スイートコーン ねぎ	トマト スキムミルク プレミアムクラッカー	かぼちゃ わかめ ポップコーン	魚肉ソーセージ 絹ごし豆腐 オレンジジュース	ヨーグルト	プレミアムクラッカー ポップコーン オレンジジュース
24	木	スパゲティナポリタン・野菜スープ☆フルーチェ	スパゲティ マッシュルーム 黄桃缶	ロースハム チンゲン菜 牛乳	たまねぎ にんじん フレッシュポテト	ピーマン フルーチェ ビスコ	ビスコ	フライドポテト 牛乳
25	金	シーフードシチュー・だいこんサラダりんごゼリー (クロワッサン)	シーフードミックス にんじん だいこん	国産豚肩ロース アスパラガス かにかまぼこ	じゃがいも スキムミルク きゅうり	たまねぎ シチューベース フルーチェりんごゼリー	マンナビスケット	カールスナック 牛乳
26	土	麻婆豆腐丼・あさりスープ バナナ (ごはん)	木綿豆腐 ねぎ 糸みつば	豚ひき肉 グリーンピース バナナ	たまねぎ あさり 雪の宿	にんじん もやし ビルクル	キャラメルコーン	雪の宿 ビルクル
28	月	華風卵焼き・フレンチ和えかぼちゃの豆乳みそ汁・オレンジ (鮭フレックごはん)	たまご にんじん かぼちゃ	むきえび はくさい たまねぎ	もうそう 魚肉ソーセージ 万能ねぎ	にら スイートコーン 調製豆乳	ハイハイ	ホテルカ 牛乳
29	火	鶏肉と春雨の中華ソテー・ハムサラダとうふの澄まし汁 (ごはん)	はるさめ 黒きくらげ 黄ピーマン	鶏肉 トマト 絹ごし豆腐	もやし ロースハム みずな	にんじん フロccoli 揚一番	ミニゼリー	揚一番 牛乳
30	水	ツナのふわふわはんぺん揚げ・二色和え納豆・なめこのみそ汁 (ごはん)	シーチキン にんじん こまつな	はんぺん むぎ枝豆 スライスかまぼこ	木綿豆腐 たまご 納豆	たまねぎ レタス なめこ	マミー	さやえんどう 牛乳
31	木	焼きうどん・かき玉スープヨーグルト	茹うどん ピーマン わかめ	国産豚肩ロース にんじん	きゃべつ 焼きそば粉末ソース さつまいも	たまねぎ たまご スキムミルク	カールスナック	さつまいものおやき 牛乳

今月のふるさと産品

12日 つるつるわかめ 津軽西海岸のわかめを種タイプに仕上げた食材です。
22日 りんごかりんとう つがる市夢工房月見野で作られている美味しいかりんとうです。



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。
() は未満児の主食となっております。
☆マークの献立は年長組さんのリクエストメニューです。

