

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	月	麻婆豆腐・リャンサンソー 板心の澄まし汁 (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 板心	にんじん かにかまぼこ 干しいたけ	ポーロ	小結あられ ミックスジュース
2	火	ほっけのバター正油焼き・炒り煮 さつまいものみそ汁 (納豆ごはん)	ほっけ 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 コーンポタージュ	ヨーグルト	コーンポタージュ 牛乳
3	水	エビピラフ さくら鶏の唐揚げ わかめスープ・ぶどうゼリー	えびピラフ スイートコーン にんじん	さくら鶏肉 ブチトマト ぶどうゼリー	きゃべつ わかめ ケーキ	魚肉ソーセージ たまご 牛乳	ピルクル	ケーキ 牛乳
4	木	冷やしそうめん オレンジ	そうめん ブチトマト かーさんケット	たまご オレンジ	スライスかまぼこ プリン	ほうれん草 牛乳	かーさんケット	プリン 牛乳
5	金	コロ玉カレー・フレンチサラダ フルーチェ (ごはん)	国産豚肩ロース にんじん ブロッコリー	うすらの卵 スキムミルク ロースハム	じゃがいも カレールウ 黄ピーマン	たまねぎ 福神漬 フルーチェ	洋梨缶	ブチクリームパン 牛乳
6	土	ビビンバ丼・中華風スープ バナナ (ごはん)	たまご にんじん 万能ねぎ	豚ひき肉 きざみのり バナナ	もやし 白いりごま ばりんこ	こまつな 絹ごし豆腐 ピルクル	お子様せんべい	ばりんこ ピルクル
8	月	ポークチャップ・カニ風味サラダ さつまいもの豆乳みそ汁 (ごはん)	国産豚肩ロース かにかまぼこ 油揚げ	たまねぎ ブロッコリー 調整豆乳	しめじ スイートコーン カールスナック	レタス さつまいも 牛乳	マンナウエファ	カールスナック 牛乳
9	火	赤魚の照り焼き・ポテトサラダ 納豆・はくさいのみそ汁 (ごはん)	赤魚 スキムミルク にんじん	じゃがいも トマト アンパンマンのソフトせんべい	魚肉ソーセージ 納豆 牛乳	きゅうり はくさい パイナップル	パイナップル	アンパンマンのソフトせんべい 牛乳
10	水	冷やし中華 メロン	冷中華めん 白いりごま ピルクル	たまご メロン	ロースハム ココナッツサブレ	きゅうり 牛乳	ピルクル	ココナッツサブレ 牛乳
12	金	蒸ししゅうまい・はるさめサラダ 枝豆・油揚げのみそ汁 (ごはん)	かに風味しゅうまい えだまめ ピスコ	豆腐しゅうまい 油揚げのみそ汁 米	ブチトマト きなこ餅	はるさめサラダ 牛乳	ピスコ	きなこ餅 牛乳
13	土	あぶり焼きチキン・スパゲティサラダ あさりのみそ汁 (ごはん)	あぶり焼きチキン バームロール	スパゲティサラダ ピルクル	ブチトマト ハイハイン	あさりのみそ汁 米	ハイハイン	バームロール ピルクル
15	月	夏野菜カレー オレンジ (ごはん)	国産豚肩ロース 牛乳 こつぶっこ	かぼちゃ カレールウ リッツ	たまねぎ 福神漬 米	にんじん オレンジ	リッツ	こつぶっこ 牛乳
16	火	焼きそば・コンソメスープ バナナ	特製ソース焼きそば にんじん えのきたけ	国産豚肩ロース ピーマン ベーコン	もやし 焼きそば粉末ソース バナナ	たまねぎ こまつな キャラメルコーン	ヨーグルト	キャラメルコーン かっぱえびせん ミックスジュース
17	水	さばの西京焼き・マメマメサラダ たまごの澄まし汁・いちごヨーグルト (ごはん)	さば 魚肉ソーセージ 糸みつば	レタス スキムミルク 飯島の朝ヨーグルト(いちご)	ゆでだいず たまご ミルクココア	ブロッコリー まいたけ 牛乳	みかん缶	さつぱり塩味 ココアミルク
18	木	さらさ焼き卵・金平ごぼう わかめのみそ汁 (ごはん)	たまご トマト さつまいも	たまねぎ ごぼう わかめ	ピーマン 糸こんにゃく じゃがいも	干しいたけ にんじん ねぎ	マンナビスケット	ブチあんパン 牛乳
19	金	ハヤシライス・シャキシャキ和え オレンジ (ごはん)	国産豚肩ロース マッシュルーム スイートコーン	じゃがいも ハヤシルウ オレンジ	たまねぎ もやし パピコ	にんじん かにかまぼこ ミニゼリー	ミニゼリー	アイスクリーム
20	土	親子丼・豆腐のみそ汁 バナナ (ごはん)	たまご グリーンピース 小魚せんべい	鶏肉 絹ごし豆腐 ピルクル	たまねぎ ほうれん草 がんばれ野菜家族	しらたき バナナ 米	がんばれ野菜家族	小魚せんべい ピルクル
22	月	牛肉コロッケ・ミネラルサラダ 大根のみそ汁 (ごはん)	牛肉コロッケ きゅうり みずな	トマト わかめ チョコチップクッキー	もやし だいこん りんご乳酸菌飲料	ロースハム 生揚げ ミニゼリー	ミニゼリー	チョコチップクッキー 乳酸菌飲料
23	火	しらす入り卵焼き・マーブルサラダ 葉大根のみそ汁 (ごはん)	たまご にんじん むき枝豆	しらす干し じゃがいも 葉だいこん	万能ねぎ さつまいも 絹ごし豆腐	スキムミルク 魚肉ソーセージ 干しいたけ	ヨーグルト	サッポロポテト・ベジタブル 牛乳
24	水	豆腐とツナのハンバーグ・おかかまぶし かぼちゃのみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 たまご かつお節	シーチキン トマト かぼちゃ	ねぎ チンゲン菜 たまねぎ	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
25	木	かしわうどん バナナ	茹うどん なると マリービスケット	鶏肉 バナナ	こまつな りんごゼリー	にんじん 牛乳	マリービスケット	フルーツゼリー 牛乳
26	金	かれいの和風△ニエル・ピーナツ和え 納豆・卵豆腐のすまし汁 (ごはん)	かれい にんじん 卵豆腐	レタス 粉末ピーナツ 糸みつば	きゃべつ ピーナツバター サラダうす焼き	かにかまぼこ 納豆 牛乳	黄桃缶	サラダうす焼き 牛乳
27	土	シュリンプカレー ブルーベリーヨーグルト (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 雪の宿	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
29	月	厚揚げの甘辛すき焼き風・さつぱり和え チンゲン菜のスープ (納豆ごはん)	生揚げ 絹さや チンゲン菜	国産豚肩ロース だいこん 絹ごし豆腐	はくさい ちくわ とんがりコーン	にんじん むき枝豆 牛乳	ハイハイン	とんがりコーン 牛乳
30	火	クリームシチュー・もやしのサラダ スウィーティーゼリー (バターロール)	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 スイートコーン	たまねぎ シチューベース わかめ	にんじん もやし スウィーティーゼリー	ピルクル	グラハムビスケット 牛乳
31	水	あじの甘露煮・フレンチ和え たまねぎのみそ汁 (ごはん)	あじ ブロッコリー たまご	角こんにゃく 魚肉ソーセージ 特濃ミルククッキー	にんじん 黄ピーマン 牛乳	トマト たまねぎ 白桃缶	白桃缶	特濃ミルククッキー 牛乳

今月のふるさと産品

3日 さくら鶏肉 横濱町の新鮮な地鶏を手作り唐揚げにしました。
10日 露地メロン産品 青森県産品の美味しいメロンです。



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。
3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。

