

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	親子丼・厚揚げのみそ汁 ヨーグルト (ごはん)	たまご 糸みつば 星たべよ	鶏肉 生揚げ ピルクル	たまねぎ ほうれん草 ミニゼリー	しらだき 牧場のヨーグルト(プレーン) 米	ミニゼリー 星たべよ ピルクル
3	月	サラダステーキ・ごま醤油和え 納豆・はるさめスープ (ごはん)	サラダステーキ むき枝豆 はるさめ	にんじん 納豆 おさつスナック	もやし チンゲン菜 牛乳	かにかまぼこ たまねぎ マンナウエファ	マンナウエファ おさつスナック 牛乳
4	火	鮭のきのこソースかけ・ポテトサラダ 板心の澄まし汁 (ごはん)	鮭 トマト スキムミルク	しめじ じゃがいも 板心	えのきだけ ローズハム 絹ごし豆腐	たまねぎ きゅうり ホワイトロリータ	ホワイトロリータ 牛乳
5	水	ミートソースパグッティ・ベジタブルスープ りんごのコンポート	スパゲティ グリーンピース りんごのコンポート	豚ひき肉 ブロッコリー プチチョコパン	たまねぎ スイートコーン プチクリームパン	にんじん ポークウィンナー 牛乳	ヨーグルト プチチョコパン (未:プチクリームパン) 牛乳
6	木	チキンピラフ・えびカツ ポパイスープ・あわせゼリー	チキンピラフ 黄ピーマン たまご	えびカツ 白いりごま あわせゼリー	だいこん プチトマト フルーツカクテル	魚肉ソーセージ ほうれん草 ケーキ	クラッカー(ルヴァン) ケーキ 牛乳
7	金	エッグカレー・フレンチ和え オレンジ (ごはん)	うずら卵 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 スライスかまぼこ	たまねぎ カレールウ みずな	マミー 小結あられ 牛乳
8	土	トントン丼・さつまいもの豆乳みそ汁 バナナ (ごはん)	国産豚肩ロース さつまいも バナナ	たまねぎ 高野豆腐 ぼたぼた焼き	しらだき わかめ ピルクル	絹さや 調整豆乳 かーさんケット	かーさんケット ぼたぼた焼き ピルクル
11	火	スペイン風オムレツ・マヨ豆腐和え だいこんのみそ汁 (納豆ごはん)	じゃがいも たまご 木綿豆腐	たまねぎ ブロッコリー 白すりごま	にんじん スライスかまぼこ だいこん	グリーンピース 黄ピーマン 葉だいこん	ミニゼリー しるこサンド 牛乳
12	水	手作りお弁当の日				ピルクル	まがりせんべい(こまめ) ミックスジュース
13	木	野菜あんかけうどん フルーツカクテル	茹うどん しめじ フルーツカクテル	鶏肉 ピーマン きなこ餅	はくさい なると 牛乳	にんじん うずら卵 ビスコ	ビスコ きなこ餅 牛乳
14	金	ハヤシライス・カラフルサラダ りんご (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 白いりごま	たまねぎ ほうれん草 トマト	にんじん かにかまぼこ りんご	キャラメルコーン ポップコーン リッツ 牛乳
15	土	肉みそ丼・さつまいものみそ汁 バナナ (ごはん)	豚ひき肉 みずな バナナ	にんじん たまご 黒糖みるく	もうそう さつまいも ピルクル	ねぎ 油揚げ アンパンマンのソフトせんべい	アンパンマンのソフトせんべい 黒糖みるく ピルクル
17	月	豆腐ステーキ鶏そぼろのせ・しらす和え もずくスープ (ごはん)	木綿豆腐 しらす干し 糸みつば	鶏ひき肉 ブロッコリー アスパラガスビスケット	たまねぎ にんじん 牛乳	グリーンピース もずく ミニゼリー	ミニゼリー アスパラガスビスケット 牛乳
18	火	ひじきスクランブル・ツナサラダ 納豆・じゃがいものみそ汁 (ごはん)	たまご シーチキン 納豆	芽ひじき もやし じゃがいも	たまねぎ スイートコーン にんじん	スキムミルク プチトマト 葉だいこん	ヨーグルト プチコーン (未:マンナビスケット) りんごジュース
19	水	たらの甘辛煮・パンプキンサラダ 豆腐の澄まし汁 (ごはん・ふりかけ)	すけそうたら かぼちゃ 絹ごし豆腐	角こんにやく 魚肉ソーセージ 万能ねぎ	いんげん むき枝豆 干しいたけ	トマト スキムミルク グラハムビスケット	ピルクル グラハムビスケット 牛乳
20	木	ポークカレー・マヨネーズサラダ バナナ (ごはん)	国産豚肩ロース アスパラガス ブロッコリー	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 スイートコーン	にんじん 福神漬 トマト	黄桃缶 小魚せんべい 牛乳
21	金	黒石焼きそば・かき玉スープ フルーチェ	黒石焼きそば茹めん にんじん ねぎ	国産豚肩ロース ピーマン フルーチェ	きゃべつ たまご 牛乳	たまねぎ わかめ ポテコ	マリ-ビスケット ポテコ 牛乳
22	土	中華丼・だいこんの豆乳みそ汁 ぶどうゼリー (ごはん)	はくさい にんじん だいこん	国産豚肩ロース なると にんじん	うずら卵 黒きくらげ 油揚げ	もうそう 絹さや 調整豆乳	ハイハイ 味しらべ ピルクル
24	月	お魚フライ・中華風和え わかめのみそ汁 (ごはん)	白身魚フライ にんじん 牛乳	レタス わかめ お子様せんべい	きゃべつ 絹ごし豆腐 米	笹かまぼこ りんごかりんとう	りんごかりんとう 牛乳
25	火	ツナ玉・ピーナッツ和え 根菜のみそ汁 (納豆ごはん)	たまご トマト ピーナッツバター	シーチキン ほうれん草 だいこん	たまねぎ かにかまぼこ にんじん	スキムミルク 粉末ピーナッツ 高野豆腐	ヨーグルト はりんご 牛乳
26	水	ほっけのごま焼き・チャーマンポテト 鶏そぼろ・葉だいこんのみそ汁 (ごはん)	ほっけ たまねぎ 葉だいこん	白いりごま ベーコン たまご	にんじん パセリパウダー プチクリームパン	じゃがいも 鶏ひき肉 ミルクココア	みかん缶 プチクリームパン ココアミルク
27	木	みそ煮込みうどん バナナ	茹うどん なると 牛乳	国産豚肩ロース ねぎ がんばれ野菜家族	チンゲン菜 バナナ 米	にんじん プリン	がんばれ野菜家族 プリン 牛乳
28	金	シーフードシチュー・リャンサンズ オレンジ (クロワッサン)	シーフードミックス にんじん はるさめ	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 みずな	たまねぎ シチューベース 錦糸卵	白い風船 バーベQスナック (未:いかちび) 牛乳
29	土	ピピンパフ・きのこスープ ヨーグルト (ごはん)	たまご にんじん たまねぎ	豚ひき肉 きざみのり 牧場のヨーグルト(プレーン)	もやし しめじ 星たべよ	こまつな えのきだけ ピルクル	キャンディチーズ 星たべよ ピルクル
31	月	ハロウィンハンバーグ・さっぱりサラダ かぼちゃの豆乳みそ汁 (ごはん)	ハロウィンハンバーグ きゅうり 調整豆乳	トマト にんじん カステラドーナツ	だいこん かぼちゃ 牛乳	スライスかまぼこ たまねぎ ミニゼリー	ミニゼリー カステラドーナツ 牛乳

今月のふるさと産品

21日 黒石焼きそば 平たい麺のソース焼きそばです。
24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おい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。
6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。

