

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・蒸ししゅうまい 青菜のみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 ねぎ ほうれん草	豚ひき肉 グリーンピース たまご	たまねぎ しゅうまい しっとりソフトクッキー	にんじん トマト ミックスジュース	マリ-ビスケット	しっとりソフトクッキー ミックスジュース	
2	火	サーモンフライ・かに風味和え わかめのみそ汁・こどもの日ゼリー (ごはん)	サーモンフライ むき枝豆 油揚げ	フチトマト 錦糸卵 こどもの日ゼリー	かにかまぼこ わかめ たまねぎ 牛乳	もやし たまねぎ 牛乳	クラッカー(粉ア)	サッポロポテト・ベジタブル 牛乳	
6	土	豚丼・じゃがいものみそ汁 バナナ (ごはん)	国産豚肩ロース じゃがいも しるこサンド	たまねぎ 葉だいこん 乳酸菌飲料	しらたき 高野豆腐 マンナビスケット	グリーンピース バナナ 米	マンナビスケット	しるこサンド 乳酸菌飲料	
8	月	ハム玉・シャキシャキ和え だいこんのみそ汁 (納豆ごはん)	たまご スキムミルク スライスかまぼこ	ロースハム レタス みずな	たまねぎ もやし だいこん	パセリパウダー にんじん 油揚げ	ミニゼリー	カールスナック (末:ミニドーナツ) 牛乳	
9	火	豆腐チャンプルー・シーザーサラダ さつまいものみそ汁・オレンジ (ごはん)	木綿豆腐 黒きくらげ スキムミルク	国産豚肩ロース きゃべつ さつまいも	たまねぎ 魚肉ソーセージ 万能ねぎ	にんじん スイートコーン オレンジ	ヨーグルト	サラダうす焼き 牛乳	
10	水	コロック・塩昆布和え 卵豆腐の澄まし汁 (ごはん)	野菜コロック むき枝豆 糸みつば	トマト ちくわ かっぱえびせん	はくさい 塩こんぶ マミー	にんじん 卵豆腐 パイン缶	パイン缶	かっぱえびせん マミー	
11	木	ナポリタン・ベジタブルスープ バナナ	スパゲティ マッシュルーム バナナ	ボークウィンナー 粉チーズ 特濃ミルククッキー	たまねぎ ほうれん草 牛乳	ピーマン にんじん ポーロ	ポーロ	特濃ミルククッキー 牛乳	
12	金	ハヤシライス・ミモザサラダ いちご (ごはん)	国産豚肩ロース しめじ ブロッコリー	じゃがいも グリーンピース かにかまぼこ	たまねぎ ハヤシルウ いちご	にんじん たまご 小魚せんべい	か-さんケット	小魚せんべい 牛乳	
13	土	五目あんかけ丼・えのきの澄まし汁 ぶどうゼリー (ごはん)	鶏肉 にんじん みずな	チンゲン菜 なると 花ふ	うすら卵 絹さや ぶどうゼリー	もうそう えのきたけ きなこ餅	がんばれ野菜家族	きなこ餅 乳酸菌飲料	
15	月	肉じゃが・ソーセージの磯香焼き もずくスープ (鮭フレックごはん)	国産豚肩ロース しらたき レタス	じゃがいも 絹さや もずく	たまねぎ 魚肉ソーセージ 絹ごし豆腐 万能ねぎ	にんじん あおのり 万能ねぎ	いかちび	キャラメルコーン マミー	
16	火	手作りお弁当の日					乳酸菌飲料	雪の宿 牛乳	
17	水	鶏の塩麹唐揚げ・ミネラルサラダ たまごのみそ汁 (ごはん)	鶏肉 ピーマン 黄ばみ	トマト わかめ さっぱり塩味 未:マンナウエファ	もやし たまご 牛乳	ちくわ ほうれん草 ミニゼリー	ミニゼリー	さっぱり塩味 (末:マンナウエファ) 牛乳	
18	木	五目うどん オレンジ	お米めん スライスかまぼこ オレンジ	天かす 棒ふ プリン	たまご 干しいたけ 牛乳	こまつな ねぎ キャンディチーズ	キャンディチーズ	プリン 牛乳	
19	金	ほっけのつけ焼き・かぼちゃのサラダ 納豆・はくさいの豆乳みそ汁 (ごはん)	ほっけ きゅうり 油揚げ	にんじん スキムミルク 調整豆乳	かぼちゃ 納豆 フチあんぱん	ロースハム はくさい 牛乳	ヨーグルト	フチあんぱん 牛乳	
20	土	クリームシチュー いちごヨーグルト (クロワッサン)	国産豚肩ロース コーンクリーム缶 いちごヨーグルト	じゃがいも グリーンピース ばりんこ	たまねぎ スキムミルク 牛乳	にんじん シチューベース 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	ばりんこ 牛乳	
22	月	しらす入り卵焼き・金平ごぼう かぼちゃのみそ汁 (納豆ごはん)	たまご レタス さつま揚げ	しらす干し ごぼう かぼちゃ	万能ねぎ しらたき 高野豆腐	スキムミルク にんじん おやし揚げ	ミニゼリー	おやし揚げ 牛乳	
23	火	豆腐とツナのアゲット・おかか和え わかめのみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 たまご スライスかまぼこ	シーチキン 白いりごま かつお節	いんげん トマト わかめ	にんじん もやし しめじ	こつぶっこ	チョコ棒 (末:ブリッツ・ロースト) 牛乳	
24	水	さんまの甘露煮・きざみ昆布炒め 鶏そぼろ・ほうれん草のみそ汁 (ごはん)	さんま にんじん 鶏ひき肉	だいこん 糸こんにゃく ほうれん草	フチトマト ちくわ じゃがいも	きざみ昆布 むき枝豆 ココナッツサブレ	黄桃缶	ココナッツサブレ ココアミルク	
25	木	野菜ラーメン ブルーチエ	冷中華めん にんじん ねぎ	鶏肉 ピーマン ブルーチエ	はくさい 黒きくらげ バナナ	たまねぎ うすら卵 コーンポタージュ	マミー	コーンポタージュ (末:ポーロ) 牛乳	
26	金	ボークカレー・ドレッシングかけ 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 バナナ	ビスコ	フチクリームパン 牛乳	
27	土	ビビンバ丼・豆腐のみそ汁 スウィーティーゼリー (ごはん)	たまご にんじん スウィーティーゼリー	豚ひき肉 きざみのり ハッピーターン	もやし 絹ごし豆腐 乳酸菌飲料	こまつな 葉だいこん カルピス	カルピス	ハッピーターン 乳酸菌飲料	
29	月	ジャーマンポテトエッグ・切干大根の炒め煮 チンゲン菜のみそ汁 (ふりかけごはん)	ストリングポテト たまご にんじん	たまねぎ スキムミルク さつま揚げ	ベーコン 切干大根 いんげん	ピーマン 糸こんにゃく チンゲン菜	お子様せんべい	とんがりコーン ミックスジュース	
30	火	かれの和風ムニエル・なめたけ和え 納豆・かき玉汁 (ごはん)	かれい 納豆 バームロール	トマト たまご 牛乳	はくさい たまねぎ みかん缶	なめたけ 葉だいこん 米	みかん缶	バームロール 牛乳	
31	水	豆腐のまさご揚げ・コーンサラダ たまねぎのみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 しらす干し スイートコーン	鶏ひき肉 芽ひじき ブロッコリー	ねぎ たまご 魚肉ソーセージ	にんじん レタス スキムミルク	ヨーグルト	ベジタべる 牛乳	

今月のふるさと産品

12日 いちご 田舎館産の甘くておいしいいちごです。

18日 米粉めん 県産米の『つがるロマン』を使ったもちもちいた麺です。



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。

