

| 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 | ほっけのバター正油焼き・炒り煮 だいこんのみそ汁 (納豆ごはん) | ほっけ もうそう だいこん | トマト こぼろ 葉だいこん | 生揚げ にんじん カステラドーナツ | 糸こんにやく いんげん 牛乳 | 洋梨缶 | カステラドーナツ 牛乳 |
| 2 | 水 | えびピラフ・ハムカツ 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 | ハムカツ プチトマト 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 | 乳酸菌飲料 | ケーキ 牛乳 |
| 3 | 木 | 冷やし中華 フルーチェ | 冷中華めん 白いりごま プリン | たまご フルーチェ 牛乳 | ローズハム 牛乳 ヨーグルト | きゅうり 黄桃缶 | ヨーグルト | プリン 牛乳 |
| 4 | 金 | チキンカレー・フレンチサラダ すいか (ごはん) | 鶏肉 スキムミルク かにかまぼこ | じゃがいも カレーウ 黄ピーマン | たまねぎ 福神漬 すいか | にんじん ブロッコリー プチクリームパン | かーさんケット | プチクリームパン 牛乳 |
| 5 | 土 | ピピンパ丼・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 乳酸菌飲料 | お子様せんべい | ばりんこ 乳酸菌飲料 |
| 7 | 月 | 豚肉の炒めもの・かに風味サラダ 納豆・じゃがいもの豆乳みそ汁 (ごはん) | 国産豚肩ロース レタス 納豆 | たまねぎ かにかまぼこ じゃがいも | にんじん ブロッコリー 油揚げ | にら スイートコーン 豆乳 | マンナウエファ | チョイス 牛乳 |
| 8 | 火 | 赤魚の照り焼き・スイートポテトサラダ はくさいのみそ汁 (ごはん) | 赤魚 きゅうり チョコ棒 | トマト スキムミルク | さつまいも はくさい 牛乳 | 魚肉ソーセージ にんじん パイン缶 | パイン缶 | チョコ棒 (※:アミノ酸のソフトせんべい) 牛乳 |
| 9 | 水 | みそ風味麻婆・ちくわのこま焼き えのきの澄まし汁 (ごはん) | 木綿豆腐 絹さや 花ふ | 豚ひき肉 ちくわ ねぎ | たまねぎ 黒いりごま 北の卵のサブシ | にんじん えのきたけ 牛乳 | マミー | 北の卵のサブシ 牛乳 |
| 10 | 木 | 冷やしそうめん ヨーグルト | そうめん プチトマト ビスコ | たまご ヨーグルト | スライスかまぼこ きなこ餅 | ほうれん草 牛乳 | ビスコ | きなこ餅 牛乳 |
| 12 | 土 | 手作りお弁当の日 | | | | | キャンディチーズ | 乳酸菌飲料 |
| 14 | 月 | 手作りお弁当の日 | | | | | ミニゼリー | 乳酸菌飲料 |
| 15 | 火 | 手作りお弁当の日 | | | | | ジョア | りんごゼリー |
| 16 | 水 | かれいの和風ムニエル・マメマメサラダ たまごのみそ汁・いちごヨーグルト (ごはん) | かれい 魚肉ソーセージ 糸みつば | レタス スキムミルク いちごヨーグルト | ゆでだいず たまご さっぱり塩味 | ブロッコリー たまねぎ 未:ルヴァン | みかん缶 | さっぱり塩味 (未:ルヴァン) ココアミルク プチあんぱん マミー |
| 17 | 木 | さらさ焼き卵・ジャーマンポテト 豆腐のみそ汁 (納豆ごはん) | たまご トマト パセリパウダー | にんじん じゃがいも 絹ごし豆腐 | むき枝豆 たまねぎ 万能ねぎ | 干しいたけ 豚ベーコン 油揚げ | マンナビスケット | プチあんぱん マミー |
| 18 | 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 しめじ 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 |
| 19 | 土 | 三色丼・わかめのみそ汁 バナナ (ごはん) | 鶏ひき肉 じゃがいも 乳酸菌飲料 | たまご 油揚げ パナナ | こまつな バナナ 米 | わかめ 源氏パイ | がんばれ野菜家族 | 源氏パイ 乳酸菌飲料 |
| 21 | 月 | 牛肉コロッケ・ミネラル和え 納豆・生揚げのみそ汁 (ごはん) | 牛肉コロッケ きゅうり だいこん | トマト わかめ みずな | きゃべつ 納豆 チョコチップクッキー | ローズハム 生揚げ 牛乳 | ミニゼリー | チョコチップクッキー 牛乳 |
| 22 | 火 | しらす入り卵焼き・マーブルサラダ 葉大根のみそ汁 (ふりかけごはん) | たまご にんじん むき枝豆 | しらす干し じゃがいも スキムミルク | あおのり さつまいも 葉だいこん | スキムミルク 魚肉ソーセージ 絹ごし豆腐 | ヨーグルト | サッポロポテト・ベジタブル 牛乳 |
| 23 | 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) | シーチキン パン粉 ほうれん草 | 木綿豆腐 牛乳 スライスかまぼこ | たまねぎ たまご かつお節 | にんじん トマト かぼちゃ | 黄桃缶 | ハニードーナツ 乳酸菌飲料 |
| 24 | 木 | かしわうどん メロン | 乾うどん にんじん 牛乳 | 鶏肉 なると カルピス | たまご メロン | こまつな 豆乳かりんとう | カルピス | 豆乳かりんとう 牛乳 |
| 25 | 金 | クリームシチュー・もやしのサラダ りんごのコンポート (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 フレッシュアップル | にんじん もやし サラダうす焼き ピーマン | マリ-ビスケット | サラダうす焼き 牛乳 |
| 26 | 土 | バラ焼き丼・さつまいものみそ汁 みかんゼリー (ごはん) | 国産豚肩ロース さつまいも 雪の宿 | たまねぎ 油揚げ 乳酸菌飲料 | にんじん ねぎ いかちび | ピーマン みかんゼリー 米 | いかちび | 雪の宿 乳酸菌飲料 |
| 28 | 月 | 厚揚げのすき焼き風・さっぱり和え チンゲン菜のスープ (ごはん) | 生揚げ にんじん むき枝豆 | 国産豚肩ロース 絹さや わかめ | はくさい だいこん チンゲン菜 | 糸こんにやく スライスかまぼこ たまご | ハイハイ | とんがりコーン 牛乳 |
| 29 | 火 | えび玉・ドレッシングサラダ じゃがいものみそ汁 (納豆ごはん) | たまご トマト じゃがいも | むきえび きゃべつ 油揚げ | たまねぎ かにかまぼこ グラハムビスケット | スキムミルク きゅうり 牛乳 | 乳酸菌飲料 | グラハムビスケット 牛乳 |
| 30 | 水 | さばの甘辛煮・カラフル和え たまねぎのみそ汁 (ごはん) | さば 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 | いんげん たまねぎ 白桃缶 | ブロッコリー 絹ごし豆腐 米 | 白桃缶 | 特濃ミルククッキー 牛乳 |
| 31 | 木 | 五目冷麦 フルーチェ | 冷麦 きざみのり バナナ | たまご 天かす 丸大豆せんべい | ほうれん草 フルーチェ 牛乳 | なると 牛乳 キャンディチーズ | キャンディチーズ | 丸大豆せんべい 牛乳 |

今月のふるさと産品

4日 すいか

青森県産の甘くて美味しいすいかです。

24日 露地メロン産品

青森県産品の美味しいメロンです。



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。
2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。

