

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	水	照り焼きチキン・葉種サラダ しめじのみそ汁・バナナ (ごはん)	鶏肉 魚肉ソーセージ バナナ	レタス しめじ 北の卵のサブレ	たまご さつまいも 牛乳	こまつな みずな ヨーグルト	ヨーグルト	北の卵のサブレ 牛乳
2	木	ボークカレー・ごまドレサラダ りんごゼリー (ごはん)	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 かにかまぼこ	たまねぎ カレールウ むき枝豆	にんじん 福神漬 りんごゼリー	アンパンマンのソフトせんべい	キャラメルコーン 牛乳
4	土	マーボー丼・じゃがいものみそ汁 ヨーグルト (ごはん)	木綿豆腐 ねぎ ヨーグルト	豚ひき肉 グリーンピース 雪の宿	たまねぎ じゃがいも 乳酸菌飲料	にんじん ほうれん草 こつぶっこ	こつぶっこ	雪の宿 乳酸菌飲料
6	月	肉団子のスープ煮・厚焼き卵 ぶどうゼリー (ごはん)	チキンボール にら トマト	はくさい はるさめ ぶどうゼリー	たまねぎ 黒きくらげ クラッカー	にんじん 厚焼き卵 牛乳	マミー	クラッカー 牛乳
7	火	手作りお弁当の日					乳酸菌飲料	プリン 牛乳
8	水	かれいの甘辛煮・かぼちゃサラダ もやしのみそ汁・バナナ (ごはん)	かれい 魚肉ソーセージ 油揚げ	いんげん きゅうり バナナ	にんじん もやし サラダうす焼き	かぼちゃ 干しいたけ ミルクココア	乳酸菌飲料	サラダうす焼き ココアミルク
9	木	みそラーメン オレンジ	冷中華めん ねぎ なると	チンゲン菜 黒きくらげ オレンジ	たまねぎ たまご プチあんぱん	にんじん 豚ももチャーシュー 牛乳	ハイハイ	プチあんぱん 牛乳
10	金	クリームシチュー・フレンチサラダ りんごのコンポート (クロワッサン)	国産豚肩ロース グリーンピース ロースハム	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 ブロッコリー チョコ棒	マンナウエファ	チョコ棒 牛乳 <small>(※アンパンマンのソフトせんべい)</small>
11	土	0・1・2歳児 保育発表会 (巻き寿司)					乳酸菌飲料	ハームロール 乳酸菌飲料
13	月	いかカツ・しそ風味和え たまごのみそ汁 (ごはん)	イカカツ スイートコーン 牛乳	トマト たまご ミニゼリー	ブロッコリー 万能ねぎ 米	スライスかまぼこ ハーベスト	ミニゼリー	ハーベスト 牛乳
14	火	ほっけのムニエル・ポテトソテー 豆腐のみそ汁 (ごはん)	ほっけ 豚ベーコン ミックスジュース	レタス 絹ごし豆腐 乳酸菌飲料	じゃがいも こまつな 米	ミックスベジタブル かっぱえびせん	乳酸菌飲料	かっぱえびせん ミックスジュース
15	水	えび玉・さっぱりサラダ 納豆・だいこんのみそ汁 (ごはん)	たまご プチトマト 黄ピーマン	むきえび きゃべつ 納豆	たまねぎ 魚肉ソーセージ だいこん	スキムミルク にんじん しめじ	洋梨缶	サッポロポテト・ベジタブル 牛乳
16	木	きつねうどん オレンジ	うどん なると 牛乳	油揚げ ねぎ ヨーグルト	たまご オレンジ	ほうれん草 いかちび	ヨーグルト	いかちび 牛乳
17	金	ハヤシライス・シャキシャキ和え りんご (ごはん)	国産豚肩ロース マッシュルーム むき枝豆	じゃがいも ハヤシルウ りんご	たまねぎ もやし ハニードーナツ	にんじん かにかまぼこ 牛乳	塩A字ビスケット	ハニードーナツ 牛乳
18	土	バラ焼き丼・厚揚げのみそ汁 いちごヨーグルト (ごはん)	国産豚肩ロース 白いりごま いちごヨーグルト	たまねぎ 生揚げ 豆乳かりんとう	にんじん わかめ 乳酸菌飲料	ピーマン ねぎ がんばれ野菜家族	がんばれ野菜家族	豆乳かりんとう 乳酸菌飲料
20	月	しらす入り卵焼き・ひじきの炒め煮 たまねぎのみそ汁 (納豆ごはん)	たまご トマト さつまいも	しらす干し 芽ひじき むき枝豆	万能ねぎ しらたき たまねぎ	スキムミルク にんじん じゃがいも	ミニゼリー	さっぱり塩味 (末: おっとと) 牛乳
21	火	カレーコロッケ・かに風味和え つるつるわかめスープ (納豆ごはん)	カレーコロッケ むき枝豆 ねぎ	レタス プチトマト ハッピーターン	かにかまぼこ つるつるわかめ 牛乳	だいこん 絹ごし豆腐 ミニゼリー	ミニゼリー	ハッピーターン 牛乳
22	水	鮭のバター醤油焼き・ミネラル和え きのこのみそ汁 (ごはん)	さけ きゅうり 絹ごし豆腐	レタス わかめ サラダプリッツ	もやし えのきたけ カルピス	ローズハム 干しいたけ みかん缶	みかん缶	サラダプリッツ カルピス
24	金	チキンカレー・チーズサラダ フルーチェ (ごはん)	鶏肉 アスパラガス ブロッコリー	じゃがいも スキムミルク プロセスチーズ	たまねぎ カレールウ 魚肉ソーセージ	にんじん 福神漬 黄ピーマン	マリービスケット	源氏パイ 牛乳
25	土	野菜あんかけ丼・ほうれん草のみそ汁 バナナ (ごはん)	はくさい にんじん ほうれん草	国産豚肩ロース むきえび だいこん	うすら卵 黒きくらげ 油揚げ	もうそう 絹さや バナナ	ポーロ	ウエハース 乳酸菌飲料
27	月	豆腐とツナのナゲット・おかかまぶし 鶏そぼろ・油揚げのみそ汁 (ごはん)	木綿豆腐 たまご ちくわ	シーチキン 白いりごま かつお節	ブロッコリー プチトマト 鶏ひき肉	にんじん チンゲン菜 油揚げ	ハイハイ	ココナッツサブレ 牛乳
28	火	たまごのふんわり炒め・シルバーサラダ わかめの澄まし汁 (ごはん・ふりかけ)	たまご スキムミルク スイートコーン	たまねぎ はるさめ わかめ	ローズハム 鶏ささみ 絹ごし豆腐	アスパラガス きゅうり 万能ねぎ	乳酸菌飲料	パイの実 牛乳
29	水	赤魚の煮つけ・ドレッシング和え 納豆・さつまいもの豆乳みそ汁 (ごはん)	赤魚 魚肉ソーセージ 高野豆腐	だいてん クレープエッグ 調製豆乳	にんじん 納豆 オーザック	きゃべつ さつまいも 未: とんがりコーン	マンナビスケット	オーザック (未: とんがりコーン) マミー
30	木	スパゲティナポリタン・コンソメスープ オレンジ	スパゲティ トマト水煮 にんじん	豚ベーコン 粉チーズ オレンジ	たまねぎ ほうれん草 バタークッキー	ピーマン たまご 牛乳	黄桃缶	バタークッキー 牛乳

今月のふるさと産品

つるつるわかめ

津軽西海岸のわかめをめんタイプに仕上げた食材です。

10日 県産フレッシュアップル 県産りんごをコンポートにしました。



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。

