

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 金	おかゆ 魚のみそ煮 人参煮 かぼちゃ煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／うどん(ゆで)／かたくり粉1kg	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉／木綿豆腐	にんじん／日本かぼちゃ／玉葱／ほうれんそう／グリーンピース(冷凍)／こまつな／りんご
	煮込みうどん 豆腐煮 りんご煮 こまつな煮			
2 土	おかゆ 肉団子と野菜煮 大根煮 野菜スープ トマト煮	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／食パン(市販品)	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／だいこん／トマト／なす／日本かぼちゃ／きゅうり／はくさい
	パン粥 鶏ひき肉となす煮 煮きゅうり かぼちゃ茶巾 清汁			
4 月	おかゆ 鶏挽肉入り野菜あんかけ インゲンのくたくた煮 人参煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／うどん(ゆで)／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／豚ひき肉	にんじん／はくさい／さやいんげん／玉葱／葉ねぎ／ほうれんそう／かぶ／キャベツ／りんご
	煮込みうどん かぶ煮 りんご煮 キャベツ煮			
5 火	おかゆ じゃが芋と玉ねぎ煮 煮きゅうり みそ汁	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／三温糖1kg／マカロニ(セモリナ)	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉／鶏若鶏肉ひき肉	玉葱／きゅうり／にんじん／キャベツ／なす／りんご
	煮込みスパゲティ 鶏団子と人参煮 なす煮 りんご煮			
6 水	おかゆ キャベツと鶏そぼろ煮 ブロッコリー煮 かぶ煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／食パン(市販品)／かたくり粉1kg／じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(油漬フレーイト)	キャベツ／にんじん／ブロッコリー／かぶ／玉葱／チンゲンツァイ／ほうれんそう／かぶ(葉)
	パン粥 ツナと野菜煮 じゃが芋煮 ほうれん草煮 清汁			
7 木	おかゆ 肉団子とはくさい煮 豆腐と人参煮 かぼちゃ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／三温糖1kg／かたくり粉1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／豚ひき肉／木綿豆腐	玉葱／はくさい／にんじん／日本かぼちゃ／ほうれんそう／トマト／きゅうり／りんご
	煮込みうどん トマト煮 りんご煮 煮きゅうり			
8 金	おかゆ 煮魚 大根煮 スープ ブロッコリー煮	水稲穀粒(精白米)／スパゲティ／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／まぐろ缶詰(水煮フレーイト)	だいこん／ブロッコリー／キャベツ／にんじん／玉葱／グリーンピース／なす／ほうれんそう
	3種野菜スープパスタ キャベツ煮 なす煮 ほうれん草煮			
9 土	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 トマト煮 人参煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／食パン(市販品)／かたくり粉1kg／三温糖1kg	調製粉乳／木綿豆腐／鶏若鶏肉ひき肉	玉葱／トマト／にんじん／りょくとうもやし／葉ねぎ／かぶ／きゅうり／りんご
	パン粥 かぶのそぼろあん 煮きゅうり りんご煮 かぶのスープ			
11 月	おかゆ 煮魚 キャベツ煮 みそ汁 こまつな煮	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／うどん(ゆで)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／豚ひき肉	キャベツ／こまつな／にんじん／ほうれんそう／はくさい／りんご
	煮込みうどん さつま芋煮 りんご煮 はくさい煮			
12 火	おかゆ 鶏団子と豆腐煮 ブロッコリー煮 煮きゅうり ほうれん草スープ	水稲穀粒(精白米)／スパゲティ／じゃがいも	調製粉乳／木綿豆腐／鶏若鶏肉ひき肉／まぐろ缶詰(水煮フレーイト)	にんじん／ブロッコリー／きゅうり／ほうれんそう／ぶなしめじ／玉葱／グリーンピース／トマト
	3種野菜スープパスタ トマト煮 じゃがいも煮 人参と玉葱煮			
13 水	おかゆ なすとそぼろ煮 豆腐とわかめ煮 キャベツ煮 みそ汁	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／食パン(市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉／木綿豆腐／生わかめ／まぐろ缶詰(油漬フレーイト)	なす／キャベツ／にんじん／玉葱／さやいんげん／りんご
	パン粥 ツナと野菜煮 インゲンのくたくた煮 スープ			
14 木	おかゆ 肉じゃが煮 煮きゅうり 白菜スープ かぶ煮	水稲穀粒(精白米)／じゃがいも／うどん(ゆで)／さつまいも／三温糖1kg	調製粉乳／豚ひき肉	にんじん／玉葱／きゅうり／かぶ／はくさい／こまつな
	煮込みうどん さつま芋煮 野菜煮 こまつな煮			
15 金	おかゆ 鶏ひき肉入り野菜あんかけ トマト煮 さつま芋煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／かたくり粉1kg／さつまいも／三温糖1kg／マカロニ(セモリナ)／じゃがいも	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉	にんじん／はくさい／トマト／りょくとうもやし／玉葱／青ピーマン／なす／りんご
	マカロニのクリーム煮 じゃが芋煮 なす煮 りんご煮			

※食材の仕入れ等の状況によって、献立が変更になる場合があります。ご了承ください。

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
16 土	おかゆ 豆腐のあんかけ ほうれん草煮 みそ汁 かぼちゃ煮 煮込みうどん かぼちゃ団子 ワカメと玉葱のくたくた煮 インゲン煮	水稲穀粒(精白米)／かたく り粉1kg／三温糖1kg／うど ん(ゆで)／なたね油	調製粉乳／木綿豆腐／豚ひ き肉／湯通し塩蔵わかめ(塩 抜き)	ほうれんそう／日本かぼちゃ ／にんじん／玉葱／さやいん げん
18 月	おかゆ 焼き鮭 キャベツと人参煮 ポトフ ブロッコリー煮 パン粥 鶏ささみ煮 玉葱と人参の炒め煮 粉ふき芋 スープ	水稲穀粒(精白米)／じゃが いも／食パン(市販品)	調製粉乳／ベにぎげ／鶏成 鶏肉ささ身	キャベツ／にんじん／ブロッ コリー／玉葱／セロリー
19 火	おかゆ 豚肉の炒め煮 金平の炒め煮 けんちん汁 キャベツの和え物 スープパスタ スティック胡瓜 じゃが芋と人参のミルク煮 りんご煮	水稲穀粒(精白米)／三温糖 1kg／ごま油／スパゲティ／ じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉／しら す干し(微乾燥品)／豆乳	玉葱／にんじん／れんこん／ キャベツ／だいこん／ぶなし めじ／葉ねぎ／グリーンピース ／きゅうり／りんご
20 水	おかゆ 豚挽肉となす煮 大根と人参煮 スープ ほうれん草煮 煮込みうどん いももち ほうれん草と玉葱のソテー りんご煮	水稲穀粒(精白米)／かたく り粉1kg／うどん(ゆで)／ じゃがいも／三温糖1kg	調製粉乳／豚ひき肉	なす／だいこん／にんじん／ ほうれんそう／レタス／玉葱 ／アスパラガス／りんご
21 木	おかゆ 煮魚 大根の煮つけ みそ汁 ゆで人参 パン粥 豆腐のツナ煮 野菜スープ さつまいも煮	水稲穀粒(精白米)／食パン (市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／まがれい／木綿 豆腐／鶏若鶏肉ひき肉	だいこん／にんじん／ねぎ／ 玉葱／りんご／アスパラガス
22 金	おかゆ 肉団子の照り焼き マッシュポテト 清汁 パン粥 かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草煮 じゃがいもと人参スープ かぶ煮	水稲穀粒(精白米)／じゃが いも／食パン(市販品)／三 温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉	玉葱／ブロッコリー／にんじ ん／日本かぼちゃ／かぶ／ほ うれんそう
23 土	おかゆ 鶏のトマト煮 ジャーマンポテト 野菜スープ 煮きゅうり しらす雑炊 玉葱とピーマンの炒め煮 人参煮 なす煮	水稲穀粒(精白米)／じゃが いも／三温糖1kg	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉 ／しらす干し(微乾燥品)	青ピーマン／玉葱／トマト／ きゅうり／にんじん／ほうれ んそう／こまつな／なす
25 月	おかゆ 鶏挽肉と玉葱と人参煮 ほうれん草のソテー みそ汁 金時豆煮 煮込みうどん 大根煮 りんご煮 スティック煮	水稲穀粒(精白米)／三温糖 1kg／うどん(ゆで)	調製粉乳／豚ひき肉／いん げんまめ(乾)	玉葱／にんじん／ほうれんそ う／キャベツ／だいこん／ きゅうり／りんご
26 火	おかゆ 魚のソテー ほうれん草と人参のお浸し スープ トマト煮 パン粥 ツナとキャベツ煮 インゲンのくたくた煮 りんごとさつま芋煮 清汁	水稲穀粒(精白米)／食パン (市販品)／さつまいも／三 温糖1kg	調製粉乳／まがれい／木綿 豆腐	ほうれんそう／にんじん／ト マト／玉葱／こまつな／りん ご／さやいんげん／キャベツ ／ねぎ
27 水	おかゆ 肉団子の照り焼き キャベツときゅうり煮 みそ汁 さつま芋 3種野菜スープパスタ りんごとみかんの和え物 野菜スープ かぼちゃ煮	水稲穀粒(精白米)／さつま いも／三温糖1kg／スパゲ ティ	調製粉乳／鶏若鶏肉ひき肉 ／木綿豆腐／しらす干し(微 乾燥品)	玉葱／キャベツ／きゅうり／ ほうれんそう／にんじん／グ リンピース／りんご／温州蜜 柑缶詰(果肉)／日本かぼちゃ
28 木	おかゆ 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリー煮 スープ 大根のとろみ煮 煮込みうどん スティック胡瓜 じゃが芋煮 人参煮	水稲穀粒(精白米)／かたく り粉1kg／うどん(ゆで)／ じゃがいも	調製粉乳／豚ひき肉／木綿 豆腐／生わかめ	トマト／ブロッコリー／だい こん／玉葱／にんじん／ほう れんそう／きゅうり
30 土	おかゆ 豚挽肉と玉葱と人参煮 インゲンのくたくた煮 みそ汁 トマト煮 パン粥 鶏団子となす煮 りんご煮 こまつなと人参煮 スープ	水稲穀粒(精白米)／食パン (市販品)／三温糖1kg	調製粉乳／豚ひき肉	玉葱／にんじん／さやいんげ ん／トマト／なす／こまつな ／りんご

・0歳児は午前、午後ともに規定量のミルクを飲みます。  
 ・事務室前に給食のサンプルを展示します。送迎の際にご覧ください。  
 ・給食の食材の産地を毎月15日前後に貼り出します。

