

日	曜日	献立名	材料名	おやつ	日	曜日	献立名	材料名	おやつ
4	木	ミートスパゲティ 温野菜 ワカメスープ フルーツカクテル	スパゲティ 豚肉 玉ねぎ 人参 コーン トマト セロリ 人参 ブロccoli コーン マヨネーズ ワカメ 長ねぎ 白ごま みかん パイン もも	牛乳 ココアクッキー 	19	金	きのこの炊き込みご飯 白身魚のムニエル ほうれん草炒め そうめん汁 くだもの	精白米 まいたけ 人参 ひじき ツナ 白身魚 ハセリ ほうれん草 厚揚げ コーン ツナ 手延そうめん しいたけ 青ねぎ りんご	牛乳 かぼちゃスコーン
5	金	七草風粥 魚のしそ天ぷら 田芋でんがく なめこ汁 くだもの	精白米 しらす干し 人参 小松菜 白菜 大根 長ねぎ 白身魚 大葉 田芋 なめこ 豆腐 長ねぎ りんご	牛乳 ぜんざい	20	土	そばろ丼 ワカメスープ くだもの	精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし ワカメ 長ねぎ 白ごま バナナ	職員研修
6	土	鶏肉の照り焼き丼 アスパラガススープ くだもの	精白米 鶏肉 人参 ざやいんげん のり アスパラガス 玉ねぎ 人参 バナナ	アガラサー	22	月	ハヤシライス コールスローサラダ アスパラガススープ くだもの	精白米 牛肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース キャベツ 人参 コーン マヨネーズ アスパラガス 玉ねぎ 人参 バナナ	牛乳 ミルクもち
9	火	チキンカレー キャベツとツナのサラダ きのこスープ くだもの	精白米 もちきび 鶏肉 玉ねぎ じゃが芋 人参 キャベツ 人参 小松菜 ツナ えのきたけ しめじ 玉ねぎ 油揚げ りんご	牛乳 ココアクッキー	23	火	ひじきご飯 さんまの蒲焼 人参しりしりー 玉ねぎのみそ汁 くだもの	精白米 ひじき 枝豆 さんま 人参 ブロccoli もやし 卵なし竹輪 ツナ 花かつお 玉ねぎ 大根 油揚げ みかん	牛乳 きな粉蒸しパン
10	水	ゆかりごはん おでん 磯香和え そうめん汁 くだもの	精白米 ゆかり 大根 人参 じゃが芋 豚肉 厚揚げ 卵なし竹輪 キャベツ 人参 チンゲン菜 しらす干し 焼きのり 手延そうめん しいたけ 青ねぎ バナナ	牛乳 どら焼き	24	水	五目うどん かぼちゃ天ぷら ごぼうサラダ くだもの	うどん 豚肉 人参 白菜 チンゲン菜 干しいたけ かぼちゃ 卵 ごぼう 人参 きゅうり コーン 枝豆 ツナ マヨネーズ オレンジ	牛乳 おかかチーズおにぎり
11	木	あわごはん さばのみそ煮 魷チャンプルー 若竹汁 くだもの	精白米 もちきび さば 魷 豚肉 もやし キャベツ ニラ 卵 人参 玉ねぎ たけのこ 干しいたけ 長ねぎ みかん	牛乳 黒ごまマフィン	25	木	～ お弁当会 ～ 		牛乳 揚げパン
12	金	ロールパン ビーフシチュー 人参とコーンのサラダ くだもの	ロールパン 牛肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロccoli 人参 コーン 玉ねぎ ツナ オレンジ	牛乳 油味噌おにぎり	26	金	黒米ごはん 鶏のから揚げ クープイリチー イナムドッチ くだもの	精白米 黒米 鶏肉 刻み昆布 切干し大根 カステラ うかまぼこ 豚肉 こんにゃく 干しいたけ 豚肉 こんにゃく カステラ かまぼこ 干しいたけ みかん	りんごジュース レモンケーキ 
13	土	ビビンバ丼 大根のみそ汁 くだもの	精白米 もちきび 牛肉 もやし 人参 小松菜 大根 ワカメ 長ねぎ バナナ	蒸し手 し 人参	27	土	もずく丼 切干大根のスープ くだもの	精白米 もちきび もずく 豚肉 ビーマン 赤ビーマン コーン 切干し大根 人参 干しいたけ オレンジ	ツナと塩昆布のおにぎり
15	月	あわごはん もずく入りマーボー豆腐 青菜ともやしのナムル 春雨スープ くだもの	精白米 もちきび 豆腐 豚肉 人参 長ねぎ もずく ニラ 小松菜 もやし 人参 白ごま 春雨 鶏ささみ たけのこ 白菜 りんご	牛乳 ボーボー	29	月	あわごはん すき焼き 切干し大根サラダ きくらげと卵のスープ くだもの	精白米 もちきび 牛肉 白菜 長ねぎ 小松菜 人参 豆腐 こんにゃく 切干し大根 きゅうり 人参 卵なし竹輪 白ごま マヨネーズ きくらげ 卵 長ねぎ みかん	牛乳 スイートポテト
16	火	さつま芋ごはん マグロの竜田揚げ ひじき炒め かしわ汁 くだもの	精白米 さつま芋 白ごま まくろ ひじき 豚肉 こんにゃく 油揚げ キャベツ 人参 鶏肉 冬瓜 人参 長ねぎ チンゲン菜 干しいたけ オレンジ	牛乳 麩ラスク	30	火	青のりごはん 肉じゃが 納豆サラダ なすのみそ汁 くだもの	精白米 青のり じゃが芋 玉ねぎ 人参 豚肉 インゲン こんにゃく 納豆 きゅうり もやし マヨネーズ なす 豆腐 玉ねぎ 青ねぎ オレンジ	牛乳 黒糖バナナ蒸しパン
17	水	肉みそスパゲッティ いんげんのごま和え レタススープ くだもの	スパゲティ もやし グリンピース 人参 豚肉 玉ねぎ インゲン 人参 卵なし竹輪 白ごま レタス 玉ねぎ えのきたけ 豆腐 みかん	牛乳 五平餅	31	水	沖縄そば ひじきサラダ くだもの	沖縄そば 豚三枚肉 かまぼこ 刻み昆布 青ねぎ ひじき キャベツ 人参 枝豆 ツナ バナナ	牛乳 鮭わかめチーズおにぎり
18	木	あわごはん 鶏肉のごまみそ焼き 千切りイリチー 根菜みそ汁 くだもの	精白米 もちきび 鶏肉 白ごま 切干し大根 刻み昆布 豚肉 卵なし竹輪 こんにゃく 油揚げ 人参 人参 大根 さつま芋 油揚げ こんにゃく 長ねぎ 白ごま バナナ	牛乳 ちんすこう	<p>あけましておめでとうございます。 今年も元気いっぱいの子どもの給食を「おいしく・楽しく・安全」に提供できるよう心を込めて作っていきたいと思います。</p> 				

※アレルギー確認のため、毎月の献立表をアップして、お子さんが食べたことのない食材（特にタンパク質食品）があれば、まずご家庭で食べさせてみて、様子を確認していただくようお願いいたします。
(材料、献立は、都合により変更することがあります。)