



	曜日	献立名	牛乳	材料名
1	木	ハヤシライス(むぎごはん)・フルーツポンチ	○	ぶたにく・たまねぎ・にんじん・しめじ/バナナ・りんご オレンジ・もも・おうとう・パイナップル・レモン
2	金	ごはん・ちくわのいそべあげ・きのこサラダ・みそしるみかん	○	ちくわ・あおのり/スパゲティ・えのき・エリンギ・しめじ シーチキン・きゅうり・にんじん・ほうれんそう・トマト/もやし あつあげ・こまつな・ねぎ/みかん
5	月	ごはん・ぶりフライ・やさいのにんじンドレッシングかけけんちんじる・オレンジ	○	ぶり・たまご・ばんこ/にんじん・きゅうり・キャベツ・コーン ハム/とりにく・ごぼう・こんにやく・じゃがいも・あつあげ だいこん・にんじん・ねぎ/オレンジ
6	火	ごはん・あつやきたまご・なかよしに・みそしる・りんご	○	たまご/とりにく・さいとも・にんじん・れんこん・こんにやく ごぼう・しいたけ・いんげん/とうふ・えのき・なめこ・こまつな ねぎ/りんご
7	水	もちつき  ちゅうかどん・たまごいりわかめスープ・バナナ	○	ムキエビ・ぶたにく・かまぼこ・ちくわ・はくさい・にんじん チンゲンさい・たけのこ・もやし/わかめ・たまご・とりにく えのき・しいたけ/バナナ
8	木	ごはん・さばのみりんやき・ポテトサラダ すましじる・みかん	○	さば/じゃがいも・にんじん・きゅうり・たまご・ハム/えのき かまぼこ・ほうれんそう・ねぎ/みかん
9	金	誕生会 トルコライス(カレーチャーハン・トンカツ・スパゲティ サラダ)・コンソメスープ・てづくりいちごロールケーキ 	○	たまねぎ・にんじん・ハム・コーン/ぶたにく・たまご・ばんこ/スパゲティ・ピーマン/ キャベツ・シーチキン・きゅうり・かぶ・にんじん・ごま/ベーコン・はくさい・もやし チンゲンさい/こむぎこ・たまご・きゅうりにゅう・サラダオイル・いちご
12	月	クリスマス会 チキンライス・もみのきハンバーグ・コールスロー かぼちゃのシチュー・ソフールヨーグルト 	○	とりにく・たまねぎ・にんじん・トマト/あいびきにく・たまねぎ・おから・ばんこ/ キャベツ・きゅうり・にんじん・ハム・コーン/かぼちゃ・ベーコン・たまねぎ にんじん・ほうれんそう・とうにゅう/ヨーグルト
13	火	わかめおにぎり・かぼちゃコロケ・マカロニサラダ かきたまじる・りんご	○	わかめ・ごま/かぼちゃ・たまねぎ・たまご・ばんこ/マカロニ たまご・きゅうり・ハム・にんじん/たまご・ほうれんそう えのき・ねぎ/りんご
14	水	メンチカツバーガー・コンソメポテト・ホホワイトシチュー  ぶどうジュース	○	パンズ・あいびきにく・たまねぎ・たまご・ばんこ・キャベツ/ じゃがいも/とりにく・じゃがいも・たまねぎ・ほうれんそう にんじん・とうにゅう/ぶどうジュース
15	木	カレーライス(むぎごはん)・ふくじんづけ フルーツヨーグルト	○	ぶたにく・たまねぎ・にんじん・さつまいも・じゃがいも/ ふくじんづけ/ヨーグルト・バナナ・りんご・もも・おうとう パイナップル
16	金	ごはん・しろみさかなのたつたあげ・こんさいサラダ みそしる・みかん	○	さかな/さつまいも・ごぼう・れんこん・ほうれんそう にんじん・コーン・ごま/あつあげ・キャベツ・たまねぎ ねぎ/みかん
19	月	ごはん・こうやとうふのにくづめ・はるさめサラダ すましじる・オレンジ	○	こうやとうふ・とりひきにく・たまねぎ・にんじん/はるさめ りんご・ちくわ・きゅうり・にんじん・ピーマン・パプリカ・ごま/ とうふ・えのき・わかめ・ねぎ/オレンジ
20	火	しそごはん・さらうどん・ちゅうかスープ・りんご	○	しそ・ごま/さらうどんめん・ぶたにく・ちくわ・かまぼこ・もやし キャベツ・ピーマン・にんじん・たまねぎ・たけのこ・しいたけ/ とりにく・たけのこ・えのき・ねぎ/りんご
21	水	ごはん・さばのしおやき・ひじきのにも みそしる・バナナ	○	さば/ひじき・だいず・にんじん・うすあげ・いんげん/ じゃがいも・たまねぎ・こまつな・えのき・ねぎ/バナナ
22	木	ごはん・おでん・こまつなのごまあえ・すましじる みかん	○	たまご・だいこん・あつあげ・にんじん・こんにやく・てんぷら ちくわ・やさしいこんぶ・ウインナー/もやし・こまつな・にんじん ごま/とうふ・えのき・かまぼこ・ねぎ/みかん
23	金	ごもごはん・チキンカツ・だいこんとかぶのサラダ みそしる・りんご	○	だいこん・にんじん・てんぷら・うすあげ・こんにやく/とりにく たまご・ばんこ/だいこん・かぶ・カニカマ・きゅうり・こまつな ごま/かぼちゃ・しめじ・たまねぎ・ねぎ/りんご
26	月	ごはん・ミートボールのあまからに ブロッコリーのサラダ・みそしる・オレンジ	○	ぶたにく・たまご・たまねぎ/ブロッコリー・きゅうり・にんじん ハム・コーン/はくさい・かぶ・えのき・うすあげ・ねぎ/ オレンジ
27	火	ごはん・さばのみそに・スパゲティサラダ すましじる・バナナ	○	さば/スパゲティ・ハム・こまつな・きゅうり・にんじん/ とうふ・ちくわ・えのき・ねぎ/バナナ
28	水	ごはん・すきやきに・みそしる・みかん	○	ぶたにく・はくさい・こんにやく・にんじん・あつあげ・じゅんぎく えのき・しいたけ/じゃがいも・もやし・たまねぎ・こまつな ねぎ/みかん

