

日 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後
		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 土	ツナと玉葱のスパゲティ かぼちゃグラッセ コンソメスープ	スパゲティ/三温糖/米ぬか油/小麦粉/ゼリー	ツナ缶/無添加ベーコン/わかめ	玉葱/人参/キャベツ/かぼちゃ/コーンクリーム	コーン蒸しパン オレンジゼリー
2 日	チキンライス ほうれん草とじゃが芋のソテー 野菜スープ	米/じゃが芋/バター/さつまいも/三温糖/小麦粉/ゼリー	鶏肉/豆乳 	玉葱/人参/ほうれん草/コーンホール/大蒜/キャベツ/大根	さつまいもケーキ りんごゼリー
3 月	子鬼ドライカレー ブロッコリーコーンソテー 節分汁 <small>今年の節分は2月2日ですが、給食では3日に節分にちなんだメニューを提供し</small>	米/じゃが芋/米ぬか油/糸こんにゃく/小麦粉/三温糖/グラニュー糖/コーンスタック	高野豆腐/鶏肉/焼きのり/無添加ウイナー/豚肉/大豆水煮/豆乳/きな粉	玉葱/人参/いんげん/ピーマン/コーンホール/しめじ/大蒜/グリーンピース/ブロッコリー/ごぼう/大根/長葱/万能ねぎ	きな粉ドーナツ
4 火	ご飯 魚の香味焼き こんにゃくとピーマンのおかか煮 味噌汁(南瓜・白菜)	米/糸こんにゃく/米ぬか油/小麦粉/バター/三温糖	鮭/かつお節	玉葱/大蒜/人参/ピーマン/かぼちゃ/白菜/りんご	ショートブレッド りんご
5 水	ジャージャー麺 リヨネーズポテト ブロッコリー	中華麺/米ぬか油/片栗粉/じゃが芋/米/ごま/三温糖	豚肉/無添加ベーコン/鶏肉/油揚げ	玉葱/人参/干し椎茸/万能ねぎ/大蒜/生姜/コーンホール/ほうれん草/ブロッコリー	子ぎつねおにぎり
6 木	トースト ポークビーンズ ブロッコリー コーンスープ	食パン/じゃが芋/米ぬか油/三温糖/道明寺粉	豚肉/無添加ベーコン/大豆水煮/粉チーズ/豆乳/きな粉	玉葱/人参/ホルトマト/ブロッコリー/コーンホール/コーンクリーム/いちご	おはぎ いちご
7 金	ご飯 魚のケチャップ味 キュービックベジタブル 味噌汁(じゃが芋・玉葱)	米/片栗粉/米ぬか油/三温糖/じゃが芋/食パン/バター	白身魚	キャベツ/人参/コーンホール/いんげん/玉葱/りんご	ココアトースト りんご
8 土	チャーハン さつまいものレーズン煮 わかめスープ	米/米ぬか油/さつまいも/三温糖/ごま油/小麦粉/強力粉/ゼリー	豚肉/わかめ/豆乳	生姜/長葱/ほうれん草/コーンホール/レモン/レーズン/かぼちゃ	かぼちゃのマフィン ぶどうゼリー
9 日	焼きうどん かぼちゃサラダ 白菜のスープ	うどん/米ぬか油/小麦粉/三温糖/ゼリー	豚肉/無添加ベーコン/豆乳	キャベツ/人参/ピーマン/かぼちゃ/玉葱/白菜	キャロットカップケーキ オレンジゼリー
10 月	ご飯 鶏肉のさっぱり煮 小松菜と油揚げの炒め煮 味噌汁(なめこ・豆腐)	米/三温糖/米ぬか油/じゃが芋/片栗粉/バター	鶏肉/油揚げ/豆腐	生姜/小松菜/キャベツ/人参/なめこ/万能ねぎ	じゃが芋餅
11 火	洋風ひじきご飯 マカロニサラダ じゃが芋のスープ 	米/米ぬか油/マカロニ/じゃが芋/さつまいも/三温糖/ゼリー	無添加ベーコン/鶏肉	人参/玉葱/いんげん/コーンホール/きゅうり	スイートポテト りんごゼリー
12 水	シシリー風スパゲティ さつまいもとりんごの重ね煮 かぶのスープ	スパゲティ/米ぬか油/さつまいも/三温糖/米	無添加ベーコン/豚肉/塩昆布/油揚げ	玉葱/人参/マッシュルーム/なす/大蒜/りんご/レーズン/かぶ/キャベツ/しめじ	塩昆布おにぎり りんご
13 木	納豆チャーハン 肉じゃが 春雨スープ	米/米ぬか油/じゃが芋/糸こんにゃく/三温糖/春雨/ごま油/コッペパン	納豆/豚肉/鶏肉	長葱/人参/ピーマン/玉葱/いんげん/白菜	揚げパン(グラニュー糖)
14 金	さつまいもご飯 鮭の西京焼き 切干大根の炒め煮 味噌汁 (じゃが芋・キャベツ)	米/さつまいも/三温糖/米ぬか油/じゃが芋/小麦粉	鮭/油揚げ/豆乳	切干大根/人参/干し椎茸/いんげん/キャベツ/いちご	ココア蒸しパン いちご
15 土	ほうとう風うどん ツナとわかめのソテー	うどん/米ぬか油/三温糖/小麦粉/ゼリー	豚肉/ツナ缶/わかめ	ごぼう/人参/大根/しめじ/かぼちゃ/万能ねぎ/キャベツ	かぼちゃクッキー ぶどうゼリー

★未摂取食材がありましたら、事前にご家庭で数回試してから給食のご利用をしていただきますよう、ご協力をお願い致します。

日 ／ 曜	献立名	材 料 名			おやつ 午後
		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 ／ 日	そばろごはん ブロッコリーのお浸し 洋風味噌汁	米／三温糖／ごま／さつま芋 ／米ぬか油／ゼリー	鶏肉／かつお節／無添加ウイ ンナー	生姜／ほうれん草／ブロッコ リー／人参／コーンホール／ キャベツ／玉葱	大学芋 オレンジゼリー
17 ／ 月	ご飯 鶏肉の照り焼き 大豆入りひじきの炒め煮 実だくさん汁	米／米ぬか油／三温糖／じゃ が芋／食パン／豆乳マーガリ ン	鶏肉／油揚げ／大豆水煮／き な粉	人参／いんげん／大根／ごぼ う／白菜／長葱／みかん	きな粉トースト みかん
18 ／ 火	焼きそば かぼちゃのそばろ煮 豆腐の中華スープ	中華麺／米ぬか油／ごま油／ 三温糖／片栗粉／米	豚肉／鶏肉／豆腐／無添加ハ ム／焼きのり	キャベツ／人参／もやし／に ら／かぼちゃ／玉葱／いんげ ん／青梗菜	おにぎり（のり）
19 ／ 水	ご飯 ツナコロケ ほうれん草ソテー 味噌汁（大根・わかめ）	米／じゃが芋／小麦粉／パン 粉／米ぬか油／三温糖／メー プルシロップ	ツナ缶／わかめ／豆腐／豆乳	玉葱／ほうれん草／しめじ／ コーンホール／大根	豆腐のパンケーキ
20 ／ 木	トースト パンプキンシチュー 白菜と厚揚げのそばろ煮	食パン／小麦粉／バター／三 温糖／片栗粉／米／ごま	牛乳／鶏肉／無添加ベーコン ／生クリーム／豚肉／厚揚げ	玉葱／かぼちゃ／マッシュ ルーム／グリーンピース／白菜 ／りんご	五平餅 りんご
21 ／ 金	しじゅーしー 人参しりしり ワンタンスープ	米／米ぬか油／ごま／ウェー プワンタン／さつま芋／片栗 粉／三温糖	豚肉／刻み昆布／ツナ缶	人参／白菜／もやし／えのき 茸／万能ねぎ	さつま芋団子
22 ／ 土	鮭のピラフ 大根の煮物 じゃが芋のスープ	米／米ぬか油／三温糖／じゃ が芋／ホットケーキミックス ／豆乳マーガリン／ゼリー	鮭／鶏肉／豆乳	コーンホール／玉葱／ピーマ ン／しめじ／大根／人参／い んげん／いちごジャム	ホットケーキ りんごゼリー
23 ／ 日	スパゲティナポリタン ジャーマンポテト かぶのスープ	スパゲティ／米ぬか油／じゃ が芋／米／ゼリー	無添加ハム／豚肉／無添加ウ ィンナー／塩鮭	玉葱／人参／ピーマン／かぶ ／キャベツ	鮭とわかめのおにぎり ぶどうゼリー
24 ／ 月	吉野の鶏飯 かぼちゃの含め煮 春雨スープ	米／米ぬか油／三温糖／春雨 ／ごま油／メープルシロップ ／小麦粉／ごま／ゼリー	鶏肉／豆乳	ごぼう／大蒜／かぼちゃ／い んげん／人参／白菜	アメリカンクッキー オレンジゼリー
25 ／ 火	味噌ラーメン さつま芋のオレンジ煮 ブロッコリー	中華麺／ごま油／三温糖／フ ライドポテト／米ぬか油	豚肉	人参／キャベツ／もやし／に ら／コーンホール／オレンジ ジュース／ブロッコリー／い ちご	フライドポテト いちご
26 ／ 水	ご飯 ヤンニョムチキン風 もやしといんげんのソテー 味噌汁 （じゃが芋・キャベツ）	米／片栗粉／米ぬか油／三温 糖／ごま／じゃが芋／麩／塩 せんべい	鶏肉／小豆	大蒜／もやし／いんげん／人 参／コーンホール／キャベツ	お汁粉（お麩） 塩せんべい
27 ／ 木	トースト じゃが芋のミートグラタン ポトフ風スープ	食パン／じゃが芋／バター／ 米ぬか油／ウェーブワンタン ／ごま油	牛乳／豚肉／粉チーズ／無添 加ウィンナー／鶏肉	玉葱／人参／大蒜／ホールト マト／大根／白菜／ごぼう／ しめじ／長葱／万能ねぎ	すいとん
28 ／ 金	カレーライス 青菜ののり浸し	米／じゃが芋／米ぬか油／小 麦粉／バター／麩／豆乳マー ガリン／三温糖	牛乳／豚肉／焼きのり	人参／玉葱／大蒜／小松菜／ キャベツ／みかん	麩のかりんとう みかん



★未摂取食材がありましたら、事前にご家庭で数回試してから給食のご利用をしていただきますよう、ご協力をお願い致します。