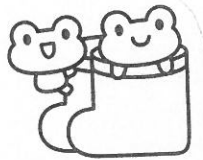


	献立名	食品名	おやつ
1日 (木)	カレーライス ヨーグルトサラダ	牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん グリンピース カレールウ ブレンゾウケルトりんごバナ みかん缶詰 バイッパル缶詰 もも缶詰	クワネー 牛乳・いりこ
2日 (金)	鶏肉の南蛮漬 かき玉汁	鶏肉 塩 薄力粉 たまねぎ ビーマン たまご たまねぎ にんじん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	クワネーサンド 牛乳・いりこ
3日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ミートボールスープ	ロールパン マカロニ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ミートボール たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コソメ	おかし 牛乳・いりこ
5日 (月)	麻婆丼 リャンバンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 かつお にんじん とうもろこし 赤みそ かつお はるさめ 鶏むね肉 きゅうり にんじん ごま ごま油	マカロニのあべかわ 牛乳・いりこ
6日 (火)	でんがくうどん 小松菜のおひたし	うどん 牛ホルモン キャベツ ねぎ 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	じゃがもち 牛乳・いりこ
7日 (水)	鮭の照焼 煮豆 みそ汁	鮭 うずら豆 キャベツ わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
8日 (木)	ポークビーンズ 海藻サラダ	豚肉 大豆 たまねぎ キャベツ にんじん バタト缶詰 鶏がらコンソメ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	蒸しパン 牛乳・いりこ
9日 (金)	鶏の唐揚げ サラダ ポタージュスープ	鶏肉 レタス きゅうり ミニトマト じゃがいも たまねぎ バタト 牛乳 生クリーム 有塩バター コソメ	フルーツポンチ
10日 (土)	レーズンパン やさしいサラダ 中華スープ	レーズンパン ゆず きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ 豚肉 はるさめ たまねぎ にんじん えのきだけ 青豆 コソメ	おかし 牛乳・いりこ
12日 (月)	親子丼 きゅうりの酢の物	たまご 鶏肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し きゅうり わかめ しらす干し ごま	チヂミ 牛乳・いりこ
13日 (火)	ホットドッグ ポテトサラダ キャロットスープ	ロールパン ウィンナー キャベツ 塩 トマトケチャップ じゃがいも きゅうり にんじん シーチキン りんご マヨネーズ にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームチーズ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
14日 (水)	焼肉 きゅうり漬 わかめ汁 キム	牛肉 たまねぎ にんじん ビーマン ごま きゅうり ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油 塩	ピザトースト 牛乳・いりこ
15日 (木)	肉じゃが チンゲン菜のおひたし	牛肉 じゃがいも たまねぎ にんじん 糸こんにゃく チンゲン菜 にんじん しめじ	バナナケーキ 牛乳・いりこ
16日 (金)	アジフライ ひじきの炒り煮 みそ汁	あじ 塩 薄力粉 たまご パン粉 ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干シタケ たまねぎ わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	わらびもち 牛乳・いりこ
17日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ポトフ	ロールパン スパゲティ きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ウイナー じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ しめじ コソメ	おかし 牛乳・いりこ
19日 (月)	豚肉と厚揚げのみそ炒め すまし汁	豚肉 厚揚げ なす ビーマン 麦みそ そうめん えのきだけ わかめ ねぎ 煮干し	フレンチトースト 牛乳・いりこ
20日 (火)	冷やし中華 ギョーザ	ゆで中華めん 鶏むね肉 きゅうり たまご ブタマゴ ごま油 ぎょうざ	ヨーグルト おかし
21日 (水)	さわらの照焼 五目豆 みそ汁	さわら 大豆 鶏肉 ゴボり にんじん こんにゃく 昆布 煮干し キャベツ しいたけ たまご ねぎ 麦みそ 煮干し	サーターアンダーギー 牛乳・いりこ
22日 (木)	ハヤシライス 海藻サラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース パプリカ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	ラスク 牛乳・いりこ
23日 (金)	かきあげ きゅうり漬 みそ汁	むきえび たまねぎ レモン さつまいも にんじん 薄力粉 たまご きゅうり ごま油 木綿豆腐 わかめ なめこ ねぎ 麦みそ 煮干し	お好み焼き 牛乳・いりこ
24日 (土)	ごまロール やさしいサラダ わんたんスープ	ごまロール レタス きゅうり にんじん シーチキン コーン マヨネーズ ワタシ たまねぎ にんじん エチマツネ 青豆 コソメ ごま油	おかし 牛乳・いりこ
26日 (月)	他人丼 小松菜のおひたし	たまご 牛肉 たまねぎ にんじん みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	きなこだんご 牛乳・いりこ
27日 (火)	おむすび 鮭のバター焼き 切干大根の炒め煮 みそ汁	はいが精米 のり 塩 鮭 塩 薄力粉 有塩バター 切干大根 にんじん 干シタケ 厚揚げ ごま油 じゃがいも たまねぎ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	ホットケーキ 牛乳・いりこ
28日 (水)	チャプチェ わかめ汁	牛肉 はるさめ とうもろこし しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し	ウィンナーフリッター 牛乳・いりこ
29日 (木)	夏野菜カレー やさしいサラダ	豚肉 たまねぎ にんじん なす かぼちゃ トマト カレー レタス きゅうり コーン シーチキン	杏仁豆腐
30日 (金)	アジの南蛮漬 けんちん汁	あじ 薄力粉 たまねぎ にんじん 木綿豆腐 大根 にんじん ゴボり シタケ 干シタケ ねぎ 煮干し ごま油	アイスクリーム

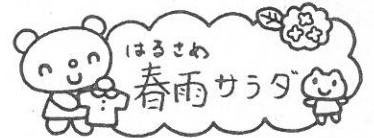


スケジュール

- 12(月) 歯みがき指導
- 15(木) あじさい交通安全
- 22(木) プール開き



給食ししび〜



材料

はるさめ、シーチキン
きゅうり、にんじん、コーン
マヨネーズ

作り方

1. はるさめをゆでて、食べやすい長さに切る。
2. きゅうり、にんじんはせん切りにして塩をふる。
3. シーチキン、コーンを混ぜマヨネーズを和える。

できあがり!

