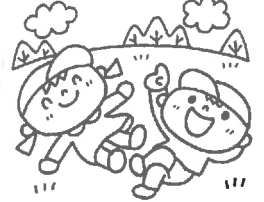




	献立名	食品名	おやつ
1日 (金)	揚げ鶏の南蛮漬 ほうれんそうとコーンのソテー みそ汁	鶏もも肉 かたくり粉 たまねぎ にんじん ほうれんそう コーン さつまいも キャベツ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	蒸しパン 牛乳・いりこ
2日 (土)	ロールパン マカロニサラダ ビーフシチュー	ロールパン マカロニ きゅうり にんじん シーチキン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ グリンピース ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
4日 (月)	他人丼 小松菜のおひたし	たまご 牛肉 たまねぎ にんじん みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	クッキー 牛乳・いりこ
5日 (火)	ラーメン ギョーザ チンゲン菜のソテー	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ モヤシ にんじん 水煮たけのこ ねぎ 鶏がら ぎょうざ チンゲン菜 ごま油 ごま	ごへいもち 牛乳・いりこ
6日 (水)	鮭の塩焼 フライドかぼちゃ けんちん汁	鮭 かぼちゃ 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう しめじ 干しイタケ ねぎ 煮干し ごま油	チヂミ 牛乳・いりこ
7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 プレーンヨーグルト りんご パナナ みかん 缶詰 バイナッブル缶詰	ラスク 牛乳・いりこ
8日 (金)	たまごサンド 鶏の唐揚げ やさいサラダ ミネストローネ	食パン たまご マヨネーズ 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 レタス れんこん にんじん ロースハム ベーコン たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツ セロリ トマト缶詰 パセリ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
9日 (土)	運動会		
11日 (月)	親子丼 きゅうりの酢の物	たまご 鶏もも肉 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	クラッカーサンド 牛乳・いりこ
12日 (火)	ツナサンド 大根サラダ キャロットスープ	ロールパン シーチキン マヨネーズ 大根 きゅうり にんじん 鶏むね肉 コーン にんじん たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	おにぎり 牛乳・いりこ
13日 (水)	炊き込みごはん さわらの照焼 煮豆 みそ汁	鶏むね肉 ごぼう にんじん 油揚げ しいたけ さわら うずら豆 かぼちゃ キャベツ 焼きふ ねぎ 麦みそ 煮干し	りんごケーキ 牛乳・いりこ
14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 パセリ トマト缶詰 鶏ガラ わかめ きゅうり シーチキン ごま ごま油	大学いも 牛乳・いりこ
15日 (金)	コロッケ 切干大根の炒め煮 みそ汁	じゃがいも 合いびき肉 たまねぎ たまご パン粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 絹ごし豆腐 えのきだけ わかめ ねぎ 麦みそ 煮干し	ピザトースト 牛乳・いりこ
16日 (土)	レーズンパン やさいサラダ クリームシチュー	レーズンパン レタス きゅうり にんじん りんご シーチキン 鶏もも肉 たまねぎ じゃがいも にんじん 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
18日 (月)	麻婆丼 リャンパンサンスー	木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん たら ねぎ 赤みそ ごま油 はるさめ ロースハム 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
19日 (火)	きのこうどん ほうれんそうのごまあえ さつまいもの煮物	うどん 豚肉 白菜 しめじ えのきだけ なめこ にんじん ねぎ 煮干し ほうれんそう にんじん ごま さつまいも	ヨーグルト おかし
20日 (水)	ハンバーグ やさいサラダ かぼちゃスープ	合いびき肉 たまねぎ にんじん たまご パン粉 トマトケチャップ レタス れんこん にんじん パセリ ロースハム かぼちゃ たまねぎ しめじ パセリ 牛乳 クリームシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
21日 (木)	ハヤシライス さつまいもサラダ	牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム グリンピース ハヤシルウ さつまいも きゅうり にんじん ロースハム りんご レーズン	どうふドーナツ 牛乳・いりこ
22日 (金)	サバのカレー揚げ キャベツのごまあえ のっぺい汁	さば 薄力粉 カレー粉 キャベツ にんじん ごま さといも 大根 ごぼう にんじん なめこ 干しいたけ 油揚げ ねぎ 煮干し	ジャムロールサンド 牛乳・いりこ
23日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ミートボールスープ	ロールパン スパゲティ きゅうり にんじん ロースハム 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 コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
25日 (月)	どうふハンバーグ ひじきの炒り煮 みそ汁	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ しいたけ パン粉 牛乳 たまご バター ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにゃく 干しいたけ かぼちゃ キャベツ 焼きふ ねぎ 麦みそ 煮干し	トック
26日 (火)	ロールパン マカロニグラタン やさいサラダ	ロールパン 鶏もも肉 マカロニ たまねぎ しめじ パセリ チーズ 牛乳 バター 薄力粉 レタス ブロッコリー にんじん シーチキン 大根	やきいも 牛乳・いりこ
27日 (水)	チャブチエ わかめ汁 キム	牛肉 はるさめ ほうれんそう にんじん しいたけ ごま ごま油 わかめ ねぎ ごま ごま油 煮干し 焼きのり ごま油 塩	ウインナーフリッター 牛乳・いりこ
28日 (木)	ミートボールのトマト煮 大根サラダ	合いびき肉 たまねぎ たまご パン粉 キャベツ トマト缶詰 大根 ブロッコリー にんじん シーチキン コーン	バナナケーキ 牛乳・いりこ
29日 (金)	さばの竜田揚げ 切干大根の炒め煮 すまし汁	さば しょうが かたくり粉 切干大根 にんじん 干しいたけ 厚揚げ ごま油 絹ごし豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 煮干し	ホットケーキ 牛乳・いりこ
30日 (土)	ごまロール ポテトサラダ わんたんスープ	ごまロール じゃがいも きゅうり にんじん シーチキン コーン りんご マヨネーズ わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ チンゲン菜 ごま ごま油	おかし 牛乳・いりこ

スケジュール

- 9日(土) 運動会
- 10日(日) 予備日
- 11日(月) 幼い山登り遠足
- 29日(金) 幼い山登り遠足



給食レシピ

大学いも

材料

- さつまいも 400g
- 砂糖 50g
- しょうゆ 小さじ1
- みりん 大さじ1
- 水 25ml
- 揚げ油 適量

作り方

- ① さつまいもを食べやすい大きさに切って揚げる
- ② 鍋に①を入れて火にかける
とろみがつかまで。
- ③ ②にとろみがついたら揚げたさつまいもを入れ混ぜ合わせる。

「できあがり！」

