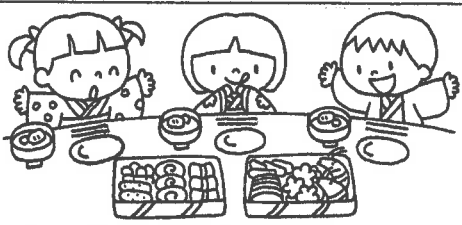
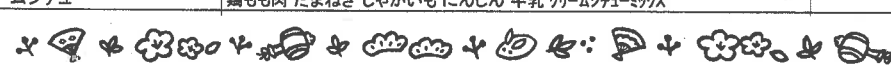
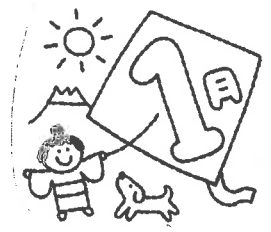
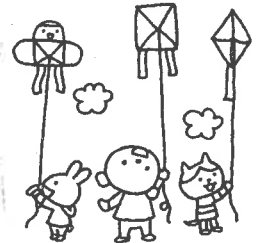


	献立名	食品名	おやつ
1日 (木)			
2日 (金)			
3日 (土)			
5日 (月)	親子丼 小松菜のおひたし	はいが精米 たまご 鶏もも肉 たまねぎ にんじん しいたけ みつば 煮干し 小松菜 にんじん まいたけ 油揚げ	ホットケーキ 牛乳・いりこ
6日 (火)	ラーメン ギョーザ ブロッコリーのごまあえ	ゆで中華めん 豚肉 キャベツ たまねぎ もやし にんじん 水煮タコ ねぎ 鶏ガラ ぎょうざ ブロッコリー ごま	中華おこわ 牛乳・いりこ
7日 (水)	ぶりの照り焼き 大根の煮物 みそ汁	ぶり 大根 厚揚げ にんじん 煮干し 木綿豆腐 わかめ えのきだけ ねぎ 麦みそ 煮干し	七草ぞうすい お茶・いりこ
8日 (木)	カレーライス 海藻サラダ	はいが精米 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん カレールウ 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
9日 (金)	たまごサンド 鶏の唐揚げ 大根サラダ やさいスープ	食パン たまご マヨネーズ 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 大根 きゅうり にんじん シーチキン キャベツ たまねぎ にんじん えのきだけ	パースデーケーキ 牛乳・いりこ
10日 (土)	ロールパン やさいサラダ クリームシチュー	ロールパン レタス ブロッコリー にんじん りんご シーチキン コーン 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
12日 (月)			
13日 (火)	天ぷらうどん ほうれんそうのいそべあえ みかん	うどん 竹輪 たまねぎ にんじん みつば 薄力粉 ねぎ 煮干し ほうれんそう にんじん 油揚げ 焼きのり みかん	ぜんざい お茶・いりこ
14日 (水)	鮭の照焼 煮豆 けんちん汁	鮭 うずら豆 しめじ 干シタケ ねぎ 煮干し ごま油 木綿豆腐 大根 にんじん ごぼう	やきいも 牛乳・いりこ
15日 (木)	ハヤシライス ヨーグルトサラダ	はいが精米 牛肉 たまねぎ にんじん マッシュルーム ハヤシルウ プレーンヨーグルト りんご パナ ミかん 缶詰 バイナブル缶詰	とうふドーナツ 牛乳・いりこ
16日 (金)	とんかつ 大根サラダ みそ汁	豚肩ロース 薄力粉 たまご パン粉 大根 ブロッコリー にんじん シーチキン さつまいも キャベツ 油揚げ ねぎ 麦みそ 煮干し	トック 牛乳・いりこ
17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 ブロッコリー 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 コンソメ	おかし 牛乳・いりこ
19日 (月)	麻婆丼 リヤンバンサンデー	はいが精米 木綿豆腐 合いびき肉 たまねぎ にんじん コーネギ かたくり粉 ごま 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
20日 (火)	肉のフォー 鶏の唐揚げ キャベツのおかかあえ	フォー 牛肉 もやし ねぎ 鶏もも肉 薄力粉 かたくり粉 キャベツ にんじん かつお節	ヨーグルト おかし
21日 (水)	チャプチェ 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	クッキー 牛乳・いりこ
22日 (木)	マカロニグラタン やさいサラダ	鶏もも肉 マカロニ たまねぎ しめじ バセリ チーズ 牛乳 バター 薄力粉 レタス ブロッコリー にんじん りんご シーチキン コーン	かりんとろーと 牛乳・いりこ
23日 (金)	さばの竜田揚げ ごま酢あえ のっぺい汁	さばしょうが かたくり粉 きゅうり もやし にんじん ごま さといも 大根 ごぼう ニンジン なめこ 干シタケ 油揚げ ねぎ 煮干し	スイートポテト 牛乳・いりこ
24日 (土)	ロールパン スパゲティサラダ ビーフシチュー	ロールパン スパゲティ ブロッコリー にんじん ロースハム コーン マヨネーズ 牛肉 たまねぎ じゃがいも にんじん しめじ ビーフシチューミックス	おかし 牛乳・いりこ
26日 (月)	オムレツ サラダ キャロットスープ	たまご 合いびき肉 たまねぎ レタス ブロッコリー ちりめんじゃこ にんじん たまねぎ しめじ バセリ 牛乳 クリームシチューミックス	チヂミ 牛乳・いりこ
27日 (火)	鶏ごぼうごはん おでん ほうれんそうのごまあえ	はいが精米 鶏もも肉 ごぼう にんじん 油揚げ 煮干し 牛肉 大根 焼き竹輪 厚揚げ こんにやく 煮干し ほうれんそう にんじん えのきだけ ごま	ウィンナーフリッター 牛乳・いりこ
28日 (水)	カレーうどん 大根サラダ	うどん 豚肉 たまねぎ にんじん しめじ ねぎ カレールウ かたくり粉 煮干し 大根 ブロッコリー にんじん シーチキン コーン	おむすび 牛乳・いりこ
29日 (木)	肉団子と白菜のスープ煮 ひじきの炒り煮 みかん	豚ひき肉 白ねぎ えのきだけ 白菜 しいたけ にんじん はるさめ ほしひじき 厚揚げ にんじん 糸こんにやく 干しいたけ みかん	ピザトースト 牛乳・いりこ
30日 (金)	メンタイのフライ 切干大根の炒め煮 豚汁	メンタイ 薄力粉 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 豚肉 大根 ニンジン 白菜 ごぼう さつまいも こんにやく ねぎ 麦みそ 煮干し	りんごケーキ 牛乳・いりこ
31日 (土)	ロールパン やさいサラダ わんたんスープ	ロールパン レタス ブロッコリー にんじん りんご シーチキン わんたん たまねぎ にんじん えのきだけ 干シタケ 干シタケ ごま ごま油	おかし 牛乳・いりこ



スケジュール

14日(水) やきいも大会

まうい
給食しじこ

キャロットスープ

ざいりう
・材料 (4人分)

・にんじん 1本

・玉ねぎ 1個

・しめじ 1袋

・牛乳 800ml

・クリームシチューミックス 適量

・パセリ 適量

・作り方

① 大きめに切ったにんじん

をゆでる

② 玉ねぎをくし形に

しめじもきんて炒める

③ ①をミキサーで

すりつぶし、牛乳を

混ぜ、②を加える

④ クリームシチューミックスを

加え、味を整える

⑤ 煮立て、パセリを

加える。

20日(木)に

ベトナム料理

牛肉のフォー

を食べます!