

曜日	献立	材料	3時のおやつ
1日(月)	旨煮 竹輪の酢の物 豆腐スープ ハンバーグ	豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・こんにやく・紫竹・里芋・砂糖・醤油・みりん・酒・グリーンピース 竹輪・人参・胡瓜・しらす・酢・薄口醤油・砂糖・胡麻 木綿豆腐・白菜・しめじ・人参・葱・醤油・塩・片栗粉 合挽肉・木綿豆腐・塩・玉葱・人参・ピーマン・パン粉・卵・ケチャップ	アイスクリーム
2日(火)	ビーフソテー じゃべつとウインナーのスー	豚肉・ビーフン・キャベツ・人参・ピーマン・塩・中華味 ウインナー・玉葱・人参・キャベツ・コンソメ・パセリ	牛乳・ソーセイジ蒸しパン
3日(水)	あじのかば焼き 切干大根煮 茄子の味噌汁	あじ・小麦粉・油・砂糖・醤油・味噌 切干大根・人参・いんげん・さつま揚げ・砂糖・醤油 なす・玉葱・人参・あげ・葱・味噌	いちごゼリー
4日(木)	チーズオムレツ ブロッコリーサラダ ポトフ風スープ	卵・玉葱・人参・ピーマン・チーズ・塩 ブロッコリー・人参・コーン・赤ピーマン・黄ピーマン・マヨネーズ 大根・玉葱・人参・ウインナー・キャベツ・小葱・鶏ガラ・塩	牛乳・ヨーグルトパン
5日(金)	豆腐チャンプルー ほうれん草のり和え きゃべつ味噌汁	木綿豆腐・卵・豚肉・人参・ニラ・もやし・カツオ・コマ油・醤油・酒・塩 ほうれん草・人参・玉葱・錦糸卵・刻み海苔・砂糖・醤油・味噌 キャベツ・玉葱・人参・あげ・小葱・だし・味噌	トマトゼリー
6日(土)	カレーうどん 青じそサラダ すいか	うどん・豚肉・玉葱・人参・長葱・油・だし・カレールー キャベツ・もやし・胡瓜・人参・黄ピーマン・ハム・青じそドレッシング すいか	マドレーヌ
8日(月)	チンジャオロース もやしときゅうりのナムル かきたま汁	豚肉・酒・醤油・生姜・ピーマン・赤・黄・ピーマン・玉葱・葱・油・オイスターソース・醤油・砂糖・酒 モヤシ・胡瓜・ニラ・人参・胡麻・醤油・コマ油・塩 卵・玉葱・人参・チンゲン菜・椎茸・塩・薄口醤油	牛乳・ホットケーキ
9日(火)	魚の磯部揚げ 白菜のピーナッツ和え 具だくさん味噌汁	白身魚・塩・青のり・小麦粉・油 白菜・人参・もやし・ピーナッツの素 牛蒡・玉葱・人参・大根・キャベツ・しめじ・あげ・葱・味噌	ポテトスティック
10日(水)	ミックスピラフ チキンナゲット フレンチサラダ コーンスープ	米・ウインナー・人参・ピーマン・コーン・パセリ・ピラフの素 チキンナゲット キャベツ・もやし・胡瓜・人参・ピーマン・ハム・フレンチドレッシング シチューミックス・クリーム・コーン・人参・玉葱・塩・パセリ	ワッフル
12日(金)	肉団子のケチャップ煮 オクラの梅肉和え 春雨スープ	ミートボール・ケチャップ・砂糖・醤油 オクラ・もやし・人参・わり梅・醤油・みりん・胡麻 はるさめ・たまねぎ・にんじん・きくらげ・しいたけ・にら・中華味	ぶどうゼリー
13日(土)	ミートソースパグティ かみかみさらだ バナナ	スパゲティ・牛肉・玉葱・人参・マッシュルーム・にんにく・コンソメ・トマトピューレ・砂糖・トマトホール缶 キャベツ・大根・人参・牛蒡・コーン・胡麻ドレッシング バナナ	パン
15日(月)	夏野菜カレー コールスローサラダ オレンジ寒天	鶏もも・じゃが芋・人参・玉葱・なす・南瓜・ピーマン・牛乳・カレールー キャベツ・胡瓜・人参・コーン・ドレッシング 砂糖・オレンジジュース・寒天	肉まん
16日(火)	メンチカツ オクラのかつお和え すまし汁	牛肉・豚肉・キャベツ・玉葱・卵・パン粉・塩・コショウ・小麦粉・ソース オクラ・もやし・人参・わかめ・醤油・かつお節 麩・えのぎ・しめじ・玉葱・人参・塩・醤油	牛乳・たい焼き
17日(水)	魚のピザ焼き 野菜サラダ チンゲン菜スープ	鮭・玉葱・ピーマン・チーズ・ケチャップ キャベツ・もやし・胡瓜・人参・黄ピーマン・ハム・胡麻ドレッシング チンゲン菜・人参・椎茸・ウインナー・中華味	いりこ・ゆかりおにぎり
18日(木)	高野豆腐のふわふわ煮 大根サラダ きのこのすまし汁	高野豆腐・鶏挽肉・生椎茸・人参・卵・いんげん・油・酒・砂糖・味噌 大根・胡瓜・コーン・ツナ・マヨネーズ・塩 えのぎ・しめじ・舞茸・椎茸・玉葱・人参・薄口・塩	たこ焼き
19日(金)	厚揚げと牛肉の旨煮 五目納豆 じゃが芋の味噌汁	厚揚げ・牛肉・しらたき・玉葱・人参・いんげん・砂糖・醤油・味噌 納豆・小松菜・人参・シラス・鰹節・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・人参・あげ・葱・味噌	牛乳・コーンマヨパン
20日(土)	冷やし中華 蒸ししゅうまい バナナ	ラーメン・麺・ささ身・胡瓜・もやし・コーン・トマト・冷やし中華スープ しゅうまい・キャベツ バナナ	飲むヨーグルト・お菓子
22日(月)	じゃが芋とウインナーの炒め物 スパゲティサラダ トマトスープ	じゃが芋・玉葱・人参・ウインナー・グリーンピース・ケチャップ スパゲティ・胡瓜・人参・ハム・コーン・マヨネーズ・塩 トマト・ウインナー・玉葱・人参・コンソメ・塩・パセリ	フルーツムース
23日(火)	豚肉の生姜焼き 白菜の和え物 具汁	豚肉・生姜・玉葱・醤油・油・味噌・砂糖 白菜・ほうれん草・蒲鉾・コーン・胡麻ドレッシング 大豆・大根・人参・玉ねぎ・小葱・味噌	お好み焼き
24日(水)	魚のカレー イタリアンサラダ コンソメスープ	たら・塩・小麦粉・カレー粉 キャベツ・赤ピーマン・胡瓜・コーン・イタリアンドレッシング ほうれん草・えのぎ・人参・コーン・コンソメ・塩	牛乳・マーブルケーキ
25日(木)	五目焼き あつさり納豆 味噌汁	卵・玉葱・人参・ニラ・鶏肉・塩・砂糖 納豆・もやし・人参・大葉・醤油 じゃが芋・玉葱・人参・あげ・葱・味噌	青りんごゼリー
26日(金)	炒り豆腐 野菜のマリネ ミルクスープ	木綿豆腐・鶏挽肉・玉葱・卵・椎茸・グリーンピース・砂糖・醤油・塩 ハム・キャベツ・玉葱・赤ピーマン・黄ピーマン・ドレッシング じゃが芋・人参・玉葱・ウインナー・コーン・コンソメ・牛乳・塩・パセリ	牛乳・ココアゼラスク
27日(土)	冷製パスタ 卵サラダ オレンジ	スパゲティ・きゃべつ・胡瓜・コーン・ツナ・青じそドレッシング たまご・きゃべつ・きゅうり・人参・ハム・マヨネーズ・オレンジ	パン
29日(月)	チキンカレー 南瓜サラダ りんご寒天	鶏肉・じゃが芋・人参・玉葱・カレールー・ケチャップ・ウスターソース 南瓜・人参・胡瓜・ハム・コーン・マヨネーズ・塩 砂糖・りんごジュース・寒天	フルーツヨーグルト
30日(火)	鶏肉の香味焼き ひじき煮 もずくスープ	鶏肉・にんにく・白みそ・みりん・コマ油 ひじき・大豆・人参・椎茸・あげ・砂糖・醤油・味噌 モズク・豆腐・えのぎ・人参・醤油・塩・鶏ガラ	牛乳・小倉トースト
31日(水)	鯖のごま照り焼き 春雨の酢の物 豆腐の味噌汁	鯖・醤油・みりん・酒・胡麻 春雨・胡瓜・人参・ハム・もやし・砂糖・酢・薄口 豆腐・玉葱・人参・わかめ・葱・あげ・味噌	クレープ

おしらせ \* 10日は米飯給食です。き・もも・あお組はお箸のみ持ってきてください。  
仕入等により、食材の変更がある場合があります。

