

ようび	月	火	水	木	金
ひにち				1	2
こんだて	☆ 食材の都合により、献立が変更になる場合があります。 ☆ 牛乳は、毎日つきます。 (29日は牛乳とジョアストロベリーのどちらか選択) ☆ はたらきには、主に使用している食材を記載しています。			ごはん みそしる(キャベツ・エリンギ) かにたまふうたまごやき にくじゃが	たけのごはん すましじる ブリのなんばんづけ プリン
はたらき				ぎゅうにゅう たまご かにかまぼこ ぶたにく こめ さとう あぶら かたくりこ じゃがいも キャベツ エリンギ ほしいたけ にんじん グリーンピース たまねぎ しらたき いんげん	ぎゅうにゅう あぶらあげ どうふ プリ こめ さとう かたくりこ あぶら プリン たけのこ にんじん ほしいたけ こまつな ねぎ たまねぎ ビーマン
ひにち	5 こどものひ	6 ふりかえきゅうじつ	7	8	9
こんだて			ごはん みそさつまじる とりのガーリックソテー こまつなのびたし	くろコッペパン だいずのトマトスープ しろみぎかなのフライ ゆでキャベツ	ごはん わかめスープ ぶたにくのプルコギ ブロッコリーわふうサラダ
はたらき			ぎゅうにゅう どうふ とりにく あぶらあげ こめ さつまいも あぶら さとう バター たいこん ごぼう しらたき にんじん ねぎ にんにく こまつな えのきだけ	ぎゅうにゅう だいず ベーコン しろみぎかな のフライ くろコッペパン じゃがいも オリーブオイル さとう あぶら たまねぎ にんじん セロリ トマト キャベツ	ぎゅうにゅう どうふ わかめ ぶたにく かつ おぶし こめ ゴマ あぶら さとう ごまあぶら にんじん ねぎ たまねぎ にら しょうが に んにく ブロッコリー
ひにち	12	13	14	15	16
こんだて	ごはん みそしる(こまつな・しめじ) あげだしとうふのやさいあんかけ ナムル	やきそば ミートボールスープ あんにんフルーツ	ごはん みそしる(はくさい・あつあげ) サバのしおこうじやき だいこんとぶたにくのもの	シーフードカレーライス(あまくち) (おぎごはん) キャベツとツナのサラダ メロン	ごはん やさいスープ ★とりてん なめたけあえ
はたらき	ぎゅうにゅう どうふ こめ かたくりこ こおぎこ あぶら さとう ゴ マあぶら ゴマ こまつな しめじ たまねぎ にんじん ビーマ ン ほしいたけ もやし きゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく ミートボール やきそば あぶら さとう ミルクゼリー キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン チン ゲンサイ コーン ねぎ みかん パイン よ うなし	ぎゅうにゅう あつあげ サバ ぶたにく こめ さとう はくさい だいこん にんじん いんげん	ぎゅうにゅう アサリ イカ スキムミルク こな チーズ ツナ こめ おぎ じゃがいも バター さとう たまねぎ にんじん セロリ しょうが にんに く トマト キャベツ キュウリ コーン メロン	ぎゅうにゅう ウインナー とりにく たまご こめ じゃがいも さとう こおぎこ かたくりこ キャベツ たまねぎ にんじん しょうが にん にく はくさい ほうれんそう なめたけ
ひにち	19	20	21	22	23
こんだて	ごはん、あじつけのり みそしる(さつまいも・えのきだけ) すきやきふうにももの きりぼしだいこんごまずあえ	スパゲッティミートソース やさいスティック ヨーグルト(ソファールプレーン)	ごはん よしのじる はるまき いりどり	せわりコッペパン アスパラのクリームシチュー ボイルウインナー やさいソテー	マーボーとうふどんぶり (おぎごはん) みそしる(こまつな・あぶらあげ) しおこんぶあえ
はたらき	ぎゅうにゅう やきとうふ ぶたにく あじつけ のり こめ さつまいも あぶら さとう ゴマ えのきだけ はくさい たまねぎ しらたき に んじん ほしいたけ グリンピース きりぼしだい こん きゅうり	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたレバー だい ず こなチーズ ヨーグルト スパゲッティ オリーブオイル バター こおぎ こ さとう たまねぎ にんじん パセリ にんにく トマト セロリ きゅうり	ぎゅうにゅう どうふ はるまき とりにく こう やとうふ こめ さとう かたくりこ あぶら たまねぎ にんじん しめじ たけのこ ほし いたけ いんげん	ぎゅうにゅう とりにく スキムミルク なまク リーム ウインナー せわりコッペパン じゃがいも こおぎこ パ ター あぶら たまねぎ にんじん アスパラガス キャベツ ビーマン	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたレバー あぶ らあげ しおこんぶ こめ おぎ ゴまあぶら さとう かたくりこ ゴ マあぶら ねぎ グリンピース しょうが にんにく こまつ な だいこん きゅうり にんじん
ひにち	26	27	28	29 セレクトメニュー	30
こんだて	ごはん はるさめスープ ソイのたつたあげおろしソース きゅうりづけ	カレーうどん あおのりポテト フルーツヨーグルトあえ	ごはん みそしる(わかめ・あぶらあげ) あつあげホイコーロー ゴボウサラダ	エビピラフ(おぎいり) たまごのフワフワスープ チーズコロッケ・ゆでブロッコリー ★ぎゅうにゅう/ジョアストロベリー	ごはん みそしる(だいこん・こうやとうふ) ミートローフ・ミニトマト ひじきとだいずのもの
はたらき	ぎゅうにゅう ソイ こめ はるさめ ゴまあぶら かたくりこ あぶ ら さとう ゴマ キャベツ にんじん しめじ コーン ねぎ だ いこん きゅうり	ぎゅうにゅう ぶたにく あおのり ヨーグルト うどん さとう かたくりこ じゃがいも あぶら たまねぎ しめじ にんじん ねぎ もも パイ ん みかん	ぎゅうにゅう あぶらあげ わかめ あつあげ とりひきにく こめ あぶら さとう ゴまあぶら ゴマ キャベツ たまねぎ ビーマン ねぎ しょうが にんにく ごぼう にんじん きゅうり	ぎゅうにゅう/ジョアストロベリー エビ たま ご こなチーズ どうふ こめ おぎ あぶら バター パンこ チーズコ ロッケ たまねぎ にんじん グリンピース にら ブ ロッコリー	ぎゅうにゅう こうやとうふ ぶたひきにく ぶ たレバー どうふ たまご だいず ひじき あ ぶらあげ こめ あぶら パンこ さとう だいこん たまねぎ ミニトマト にんじん