

ようび	月	火	水	木	金
ひにち	2	3	4	5	6
こんだて	ごはん すましじる ぶたにくとやさいのみそいため ひじきとえだまめのサラダ	みそラーメン だいがくいも グレープゼリー	ごはん みそしる(だいこん・あぶらあげ) とりにくのピカタ きんぴらごぼう	しよくパン・チョコクリーム こまつなスープ チキンマカロニグラタン だいこんとちくわのサラダ	ビビンバ(おぎごはん) みそしる(キャベツ・えのきだけ) ジャーマンポテト
はたらき	つくる うごかす とどめる	ぎゅうにゅう ぶたにく ラーメン さつまいも あぶら さとう ゴマ グレープゼリー もやし たまねぎ チンゲンサイ にんじん ねぎ にんにく	ぎゅうにゅう あぶらあげ とりにく たまご こなチーズ こめ おぎご あぶら ゴマ さとう だいこん ごぼう にんじん ピーマン ほししいたけ	ぎゅうにゅう とうふ とりにく チーズ ちくわ しよくパン チョコクリーム マカロニ あぶら バター こおぎご パンこ ゴまあぶら ゴマ こまつな にんじん コーン たまねぎ しめじ パセリ 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 ベーコン こめ おぎ さとう ゴまあぶら ゴマ じゃがいも あぶら バター ねぎ にんにく もやし にんじん ほうれんそう キャベツ えのきだけ たまねぎ
ひにち	9	10	11	12	13
こんだて	ごはん ちゃんこじる ホッケのみそだけがけ ごもくまめ	シーフードのトマトソーススパゲッティ キャベツとコーンのサラダ いちごクレープ	ごはん・ふりかけ みそしる(じゃがいも・わかめ) いりとうふ おかかあえ	キーマカレー(おぎごはん) ナムル すいか	ごはん やさいたっぷりみそしる てづくりトンカツ ゆでキャベツ・ミニトマト
はたらき	つくる うごかす とどめる	ぎゅうにゅう とうふ とりにく ホッケ だいず こめ さとう かつくりこ キャベツ にんじん しらたき いらしょうが こんにやく ほししいたけ いんげん	ぎゅうにゅう わかめ とうふ とりひきにく たまご かつおぶし こめ じゃがいも あぶら さとう たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン ほうさい こまつな	ぎゅうにゅう ぶたひきにく ぶたレバー スキムミルク こなチーズ こめ おぎ バター さとう ゴまあぶら ゴマ たまねぎ にんじん ピーマン セロリ にんにく しょうが トマト もやし きゅうり すいか	ぎゅうにゅう あつあげ ぶたにく たまご こめ こおぎご パンこ あぶら だいこん たまねぎ にんじん ごぼう キャベツ ミニトマト
ひにち	16 (小学部 振替休業日)	17	18	19	20
こんだて	ごはん はくさいととうふのスープ ぶたにくとやさいのスタミナいため すみそあえ	きつねうどん ブロッコリーサラダ ヨーグルト(ソファールげんきヨーグルト)	びばいとりめし みそしる(こまつな・こうやとうふ) ハンペンいそべあげ うましおきゅうり	かぼちゃパン ぶたにくとまめのハヤシシチュー チキンサラダ フルーツミルクあえ	ごはん みそしる(チンゲンサイ・エリンギ) サバのてりやき だいこんのそぼろに
はたらき	つくる うごかす とどめる	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく イカ わかめ こめ あぶら さとう はくさい にんじん しめじ ねぎ たまねぎ いら しょうが にんにく きゅうり	ぎゅうにゅう とりにく こうやとうふ ハンペン たまご こめ さとう こおぎご かつくりこ ゴまあぶら ゴマ たまねぎ にんじん ほししいたけ こまつな きゅうり にんにく	ぎゅうにゅう ぶたにく だいず なまクリーム ササミ スキムミルク かぼちゃパン じゃがいも あぶら ゴまあぶら ゴマ たまねぎ にんじん キャベツ きゅうり あか ピーマン もも パイン みかん	ぎゅうにゅう サバ とりひきにく こめ さとう かつくりこ チンゲンサイ エリンギ だいこん にんじん しょうが インゲン
ひにち	23	24	25	26	27
こんだて	ごはん ちゅうかふうコーンスープ ユーリンチー ごまあえ	あんかけやきそば チーズポテト バナナ/ペビーパイン	ごはん ぶたじる とうふハンバーグ きりぼしだいこんのもの	おやこどんぶり(おぎごはん) みそしる(だいこん・あつあげ) サイコロサラダ	ごはん みそしる(とうふ・なめこ) すぶた わかめサラダ
はたらき	つくる うごかす とどめる	ぎゅうにゅう ぶたにく アサリ こなチーズ やきそば あぶら ごまあぶら かつくりこ じゃがいも はくさい たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しょうが にんにく バナナ/ペビーパイン	ぎゅうにゅう ぶたにく とうふ とうふハンバーグ あぶらあげ ひじき こめ じゃがいも あぶら さとう たまねぎ だいこん にんじん しらたき ごぼう きりぼしだいこん	ぎゅうにゅう とりにく たまご あつあげ こめ おぎ あぶら さとう かつくりこ たまねぎ ほししいたけ グリンピース だいこん きゅうり にんじん コーン	ぎゅうにゅう ぶたにく わかめ こめ かつくりこ あぶら さとう ゴまあぶら ゴマ なめこ たまねぎ にんじん たけのこ ピーマン しいたけ にんにく しょうが もやし きゅうり
ひにち	30	☆ 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。 ☆ はたらきには、主に使用している食材を記載しています。 ☆ 16日(月)は小学部が運動会の振替休業日のため、中学部のみ給食があります。			
こんだて	ごはん さつまじる タンドリーチキン ぶきとあつあげのもの				
はたらき	つくる うごかす とどめる				