

ようび	月	火	水	木	金
ひにち	<div></div>				16 しぎょうしき
こんだて					シーフードカレー（あまくち） （むぎごはん） キャベツとツナのサラダ みかん
はたらき					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 むぎ じゃがいも バター さとう たまねぎ にんじん しょうが にんにく トマト キャベツ きゅうり コーン みかん
つくる					
うごかす					
ととのえる					
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（あつあげ・わかめ） いりとうふ なめたけあえ	しょうゆラーメン フライドポテト フルーツミルクあえ	ごはん さつまじる とりにくのみそづけやき きりぼしだいこんにもの	かぼちゃパン ふゆやさいのシチュー メンチカツ ゆでやさい	たきこみごはん みそしる（キャベツ・えのきだけ） ちくわのいそべあげ こまつなサラダ
はたらき	ぎゅうにゅう あつあげ わかめ とうふ とりひき きにく たまご あじつけのり こめ あぶら さとう たまねぎ にんじん なましいたけ ビーマン は くさい ほうれんそう	ぎゅうにゅう ぶたにく スキムミルク ラーメン じゃがいも こめ さつままい さとう もやし たまねぎ にんじん ネギ にんにく よう なし パイン みかん	ぎゅうにゅう とうふ とりにく あぶらあげ ひじ き こめ さつままい さとう だいこん つきこんやく にんじん しめじ ね ぎ きりぼしだいこん	ぎゅうにゅう とりにく なまクリーム メンチカツ かぼちゃパン じゃがいも あぶら たまねぎ はくさい にんじん ブロッコリー キャ ベツ きゅうり	ぎゅうにゅう とりにく ちくわ たまご あおのり こめ あぶら さとう こむぎこ かたくりこ ゴマ あぶら ゴマ かぼう にんじん ほししいたけ キャベツ えの きだけ もやし こまつな コーン
つくる					
うごかす					
ととのえる					
ひにち	26	27	28	29 ひじょうしょくたいけん	30
こんだて	ごはん にらとうふのスープ チンジャオロース きゅうりづけ	きつねうどん ごぼうとだいのあまからあげ ソフールげんきヨーグルト	ごはん みそしる（こまつな・あぶらあげ） ホッケしおこうじやき にくじゃが	※きゅうきゅうカレー たまごのふわふわスープ チキンサラダ バナナ	ごはん やさいたっぷりみそしる とりのからあげ だいこんサラダ
はたらき	ぎゅうにゅう とうふ ぶたにく こめ ゴマあぶら さとう ゴマ にら にんじん えのきだけ たまねぎ たけのこ ビーマン あかビーマン きゅうり	ぎゅうにゅう こあげ とりにく だいご ヨーグル ト うどん さとう かたくりこ あぶら ゴマ こまつな しめじ にんじん ねぎ ごぼう	ぎゅうにゅう あぶらあげ ホッケ ぶたにく こめ じゃがいも あぶら さとう こまつな たまねぎ にんじん しらすき グリン ピース	ぎゅうにゅう たまご こなチーズ とりささみ きゅうきゅうカレー パンこ チンゲンサイ にんじん キャベツ きゅうり バナ ナ	ぎゅうにゅう あつあげ とりにく こめ じゃがいも こむぎこ かたくりこ ゴマあ ぶら さとう ゴマ はくさい たまねぎ にんじん しょうが にんにく だいこん きゅうり コーン
つくる					
うごかす					
ととのえる					

☆ 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。

※ 救給カレーは、給食用の非常食で、ごはんとカレーが合わさっているレトルト食品です。

