



# 献立表



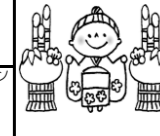
日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1 日	元日					
2 月						
3 火						
4 水	ツナカレーライス キャベツとコーンのサラダ おふとわかめのみそしる ミニフィッシュ	ぎゅうにゅう ベジマフィン	米、じゃがいも、砂糖、油、小町麩	牛乳、ツナ油漬缶、みそ、卵、ミニフィッシュ(味付け小魚)(0~1歳、しらす干し)、無塩バター	キャベツ、たまねぎ、にんじん、野菜ジュース、ねぎ、コーン缶、生わかめ	
5 木	※せきはん とりにくのさいきょうやき ※くりきんとん とうふとえのきのすましじる	やさいジュース バナナトースト	もち米、さつまいも、食パン、くりの甘露煮、水あめ、砂糖、油、三温糖	鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、みそ、あずき(乾)、バター	野菜ジュース、りんご、ほうれんそう、えのきたけ、パセリ、バナナ	
6 金	ごはん あげさばのネギソース チンゲンサイのちゅうかあえ はくさいとあぶらあげのみそしる	むぎちや ※ななくさふう ぞうすい	米、片栗粉、油、ごま油、三温糖	さば、みそ、ハム、油揚げ、しらす干し	みかん、はくさい、チンゲンサイ、だいごん、にんじん、かぶ、まいたけ、ねぎ、せり、コーン缶	
7 土	さけのさんしよくまぜごはん じゃがいものせんぎりいため ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう きなこサンド	米、食パン、じゃがいも、砂糖、油、ごま油	牛乳、卵、木綿豆腐、さけ、無塩バター、きな粉	バナナ、もやし、こまつな、ほうれんそう、にんじん、しいたけ、たまねぎ	
8 日						
9 月	成人の日					
10 火	ざっこくまいごはん みそふうみわふうミートローフ ブロッコリーのおかかあえ たまごスープ	ジョア なめこうどん	ゆでうどん、米、パン粉、砂糖、ごま、雑穀米	豚ひき肉、卵、みそ、かつお節	みかん、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、なめこ、ほうれんそう、にんじん、生わかめ、葉ねぎ	
11 水	ごはん さけのしおやき きりぼしだいごんとこんぶのにつけ さといものみそしる	ぎゅうにゅう ※いもち ※あられ	米、さといも、じゃがいも、片栗粉、砂糖	牛乳、さけ、生揚げ、みそ	バナナ、はくさい、にんじん、切り干しだいごん、糸こんにゃく、しいたけ、刻みこんぶ	
12 木	しょうゆラーメン かぼちゃのあまに ミニフィッシュ	むぎちや いなりずし	中華めん、米、砂糖、三温糖、ごま油	ヨーグルト(加糖)、焼き豚、寿司揚げ、ミニフィッシュ(味付け小魚)(0~1歳、しらす干し)、鶏がらスープ	かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、コーン缶、にんじん、生わかめ、ねぎ	
13 金	しじゅうし かじきのおろしあんかけ ほうれんそうともやしののりあえ とうふとしめじのみそしる	ぎゅうにゅう メープルロールパン	米、ロールパン、片栗粉、ごま油、油、砂糖	牛乳、かじき、木綿豆腐、豚肉(ばら)、みそ	ほうれんそう、だいごん、もやし、しめじ、にんじん、糸こんにゃく、刻みのり、刻みこんぶ、干しいたけ、しょうが	
14 土	てんしんどん マカロニサラダ とりにくとはるさめのスープ	ぎゅうにゅう くるゴマサンド	米、食パン、マヨネーズ、三温糖、黒すりごま、はるさめ、油、片栗粉、ごま、マカロニ	牛乳、卵、鶏こま肉、かにかまぼこ、無塩バター、チーズ	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、にら、生わかめ	
15 日						
16 月	むぎしらすごはん ぶたにくのしょうがやき きんぴらごぼう だいごんとこまつなのみそしる	ぎゅうにゅう ビスケット (災害用備蓄食)	米、押麦、油、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、ヨーグルト(加糖)、豚肉(肩ロース)、みそ、油揚げ、しらす干し	ごぼう、だいごん、こまつな、にんじん、しょうが	



牛乳・野菜ジュース・豆乳・飲むヨーグルト等です。



日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			3歳未満児 午前おやつ
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
17 火	キャロブパン(天然酵母パン) たまごピザ ごぼうときゅうりのサラダ かぼちゃシチュー	ぎゅうにゅう たこやきふう おにぎり	キャロブパン(天然酵母パン)(0~1歳、食パン)、米、油、砂糖、すりごま(白)、ごま油	牛乳、卵、ピザ用ミックスチーズ、ウインナー、バター、かつお節、ツナ油漬缶	みかん、かぼちゃ、ごぼう、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、エリンギ、ピーマン、葉ねぎ、しょうが、あおのり	
18 水	ツナカレーライス キャベツとコーンのサラダ おふとわかめのみそしる ミニフィッシュ	ぎゅうにゅう ベジマフィン	米、じゃがいも、砂糖、油、小町麩	牛乳、ツナ油漬缶、みそ、卵、ミニフィッシュ(味付け小魚)(0~1歳、しらす干し)、無塩バター	キャベツ、たまねぎ、にんじん、野菜ジュース、ねぎ、コーン缶、生わかめ、キウイフルーツ	
19 木	エリンギライス とりにくのさいきょうやき くりきんとんふう とうふとえのきのすましじる	やさいジュース バナナトースト	米、さつまいも、食パン、くりの甘露煮、水あめ、砂糖、油、三温糖	鶏もも肉(皮付き)、木綿豆腐、みそ、あずき(乾)、バター	野菜ジュース、りんご、ほうれんそう、えのきたけ、パセリ、バナナ	
20 金	ごはん あげさばのネギソース チンゲンサイのちゅうかあえ はくさいとあぶらあげのみそしる	ぎゅうにゅう ココアクッキー	米、小麦粉、砂糖、片栗粉、油、ごま油、三温糖	牛乳、さば、みそ、バター、ハム、油揚げ、卵(黄)	みかん、はくさい、チンゲンサイ、にんじん、まいたけ、ねぎ、コーン缶	
21 土	さけのさんしよくまぜごはん じゃがいものせんぎりいため ちゅうかスープ	ぎゅうにゅう きなこサンド	米、食パン、じゃがいも、砂糖、油、ごま油	牛乳、卵、木綿豆腐、さけ、無塩バター、きな粉	バナナ、もやし、こまつな、ほうれんそう、にんじん、しいたけ、たまねぎ	
22 日						
23 月	キャロットライス あじのなんばんづけ キャベツとツナのわふうマヨネーズあえ ひじきりみそしる	ぎゅうにゅう おとらふむしパン	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、油、片栗粉、ごま油	牛乳、あじ、調整豆乳、絹ごし豆腐、みそ、ツナ油漬缶、油揚げ	いちご、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、糸こんにゃく、生わかめ、ひじき	
24 火	ざっこくまいごはん みそふうみわふうミートローフ ブロッコリーのおかかあえ たまごスープ	ジョア なめこうどん	ゆでうどん、米、パン粉、砂糖、ごま、雑穀米	豚ひき肉、卵、みそ、かつお節	みかん、ブロッコリー、たまねぎ、えのきたけ、なめこ、ほうれんそう、にんじん、生わかめ、葉ねぎ	
25 水	ごはん さけのしおやき きりぼしだいごんとこんぶのにつけ さといものみそしる	ぎゅうにゅう レパールのひとくち パイ	米、さといも、じゃがいも、砂糖、パイシート	牛乳、さけ、生揚げ、みそ、鶏レバー	バナナ、はくさい、にんじん、切り干しだいごん、糸こんにゃく、しいたけ、刻みこんぶ、たまねぎ	
26 木	しょうゆラーメン かぼちゃのあまに ミニフィッシュ	むぎちや いなりずし	中華めん、米、砂糖、三温糖、ごま油	ヨーグルト(加糖)、焼き豚、寿司揚げ、ミニフィッシュ(味付け小魚)(0~1歳、しらす干し)、鶏がらスープ	かぼちゃ、もやし、ほうれんそう、コーン缶、にんじん、生わかめ、ねぎ	
27 金	しじゅうし かじきのおろしあんかけ ほうれんそうともやしののりあえ とうふとしめじのみそしる	ぎゅうにゅう メープルロールパン	米、ロールパン、片栗粉、ごま油、油、砂糖	牛乳、かじき、木綿豆腐、豚肉(ばら)、みそ	ほうれんそう、だいごん、もやし、しめじ、にんじん、糸こんにゃく、刻みのり、刻みこんぶ、干しいたけ、しょうが	
28 土	てんしんどん マカロニサラダ とりにくとはるさめのスープ	ぎゅうにゅう くるゴマサンド	米、食パン、マヨネーズ、三温糖、黒すりごま、はるさめ、油、片栗粉、ごま、マカロニ	牛乳、卵、鶏こま肉、かにかまぼこ、無塩バター、チーズ	バナナ、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、にら、生わかめ	
29 日						
30 月	むぎしらすごはん ぶたにくのしょうがやき きんぴらごぼう だいごんとこまつなのみそしる	ぎゅうにゅう ビスケット (災害用備蓄食)	米、押麦、油、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、豚肉(肩ロース)、みそ、油揚げ、しらす干し	ごぼう、だいごん、こまつな、にんじん、しょうが、キウイフルーツ	
31 火	キャロブパン(天然酵母パン) たまごピザ ごぼうときゅうりのサラダ かぼちゃシチュー	ぎゅうにゅう たこやきふう おにぎり	キャロブパン(天然酵母パン)(0~1歳、食パン)、米、油、砂糖、すりごま(白)、ごま油	牛乳、卵、ピザ用ミックスチーズ、ウインナー、バター、かつお節、ツナ油漬缶	みかん、かぼちゃ、ごぼう、たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、コーン缶、エリンギ、ピーマン、葉ねぎ、しょうが、あおのり	



牛乳・野菜ジュース・豆乳・飲むヨーグルト等です。



表記→※行事・季節献立  
\* 行事・季節・納品などの都合により、献立を変更することがあります。ご了承下さい。

新年あけましておめでとうございます。本年も美味しく、身体にやさしい給食とおやつを提供していきたいと思っております。よろしくお祈りいたします。

