



日	曜日	給食	午後おやつ	食材	エネルギーたんぱく質	日	曜日	給食	午後おやつ	食材	エネルギーたんぱく質		
1	金	牛乳 クラッカー	こどもの日ごはん こいのぼりハンバーグ 小松菜のおかかあえ お麩のすまし汁 オレンジ	牛乳 かしわもち風 あんこ蒸しパン	豚肉、卵、かまぼこ、牛乳、こんぶ、 かつお、6分つき米、小麦粉、クラッカー、 パン粉、こめ油、小松菜、にんじん、 玉ねぎ、オレンジ、食塩、しょうゆ、砂糖、 みりん、ケチャップ、ベーキングパウダー、 こしあん	545 kcal 22.8 g	19	火	牛乳 ひとくち トースト (チーズ)	豚肉ときのこの和風スープ スパゲティ さつまいものレモン煮 バナナ	麦茶 じゃこと油揚げの おにぎり	豚肉、しらす、油揚げ、チーズ、牛乳、かつお、 こんぶ、6分つき米、スパゲティ、パン、 さつまいも、ごま油、ごま、いんげん、玉ねぎ、 しめじ、しいたけ、バナナ、レモン、しょうゆ、 コンソメ、酒、食塩、砂糖	518 kcal 21.2 g
2	土	牛乳 ビスケット	チーズトースト ミネストローネ みかんヨーグルト	麦茶 ごま塩おにぎり カルシウムせんべい	ベーコン、チーズ、牛乳、ヨーグルト、マカロニ、 パン、6分つき米、じゃが芋、ビスケット、 せんべい、こめ油、ごま、にんじん、パセリ、 トマト缶、玉ねぎ、キャベツ、みかん缶、砂糖、 ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	514 kcal 18.3 g	20	水	牛乳 ブルー	チキンカレー アチャール ダルスープ ラッシー	牛乳 セルロティ	鶏肉、大豆水煮、牛乳、ヨーグルト、6分つき米、 米粉、じゃが芋、こめ油、バター、パセリ、にんじ ん、玉ねぎ、りんご、きゅうり、レモン、バナナ、 ブルー、カレー粉、ケチャップ、ウスターソース、 食塩、砂糖、しょうゆ、コンソメ	524 kcal 20.2 g
7	木	牛乳 ひとくち トースト (黒糖)	親子丼 大根サラダ わかめのみそ汁	牛乳 桜えびとチーズの スコーン	鶏肉、卵、桜えび、みそ、牛乳、チーズ、にぼし、 こんぶ、かつお、わかめ、パン、6分つき米、 小麦粉、コーン、ごま油、こめ油、にんじん、 玉ねぎ、大根、きゅうり、えのき、ねぎ、黒砂糖、 みりん、しょうゆ、砂糖、酢、ベーキングパウダー	524 kcal 20.7 g	21	木	牛乳 ひとくち トースト (黒糖)	親子丼 大根サラダ わかめのみそ汁	牛乳 桜えびとチーズの スコーン	鶏肉、卵、桜えび、みそ、牛乳、チーズ、にぼし、 こんぶ、かつお、わかめ、パン、6分つき米、 小麦粉、コーン、ごま油、こめ油、にんじん、 玉ねぎ、大根、きゅうり、えのき、ねぎ、黒砂糖、 みりん、しょうゆ、砂糖、酢、ベーキングパウダー	524 kcal 20.7 g
8	金	牛乳 バナナ	パン 鮭のトマト煮 マカロニサラダ コーンスープ	麦茶 塩昆布のたきこみ ごはん	鮭、油揚げ、牛乳、チーズ、塩昆布、6分つき米、 パン、マカロニ、コーン、ごま油、マヨドレ、ごま、 パセリ、トマト缶、にんじん、きゅうり、しめじ、 玉ねぎ、バナナ、コーンクリーム、砂糖、コンソメ、 食塩	537 kcal 22.4 g	22	金	牛乳 バナナ	パン 鮭のトマト煮 マカロニサラダ コーンスープ	麦茶 塩昆布のたきこみ ごはん	鮭、油揚げ、牛乳、チーズ、塩昆布、6分つき米、 パン、マカロニ、コーン、ごま油、マヨドレ、ごま、 パセリ、トマト缶、にんじん、きゅうり、しめじ、 玉ねぎ、バナナ、コーンクリーム、砂糖、コンソメ、 食塩	537 kcal 22.4 g
9	土	牛乳 塩せんべい	納豆チャーハン ナムル しめじのみそ汁 チーズ	牛乳 シリアル	納豆、ハム、みそ、牛乳、チーズ、わかめ、 にぼし、こんぶ、かつお、のり、6分つき米、せ んべい、シリアル、こめ油、ごま油、 にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、もやし、 しめじ、しょうゆ、食塩、酢、砂糖	518 kcal 19.9 g	23	土	牛乳 塩せんべい	納豆チャーハン ナムル しめじのみそ汁 チーズ	牛乳 シリアル	納豆、ハム、みそ、牛乳、チーズ、わかめ、 にぼし、こんぶ、かつお、のり、6分つき米、せ んべい、シリアル、こめ油、ごま油、 にんじん、ほうれん草、玉ねぎ、もやし、 しめじ、しょうゆ、食塩、酢、砂糖	518 kcal 19.9 g
11	月	麦茶 カルシウム せんべい	ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き ひじきの白和え えのきのすまし汁	牛乳 お麩ラスク(黒糖) バナナ	鶏肉、豆腐、みそ、油揚げ、牛乳、ひじき、 こんぶ、かつお、6分つき米、麩、せんべい、バ ター、ごま、にんじん、ほうれん草、ねぎ、えの き、玉ねぎ、バナナ、みりん、しょうゆ、酒、砂 糖、食塩、黒砂糖	515 kcal 20.0 g	25	月	麦茶 カルシウム せんべい	ごはん 鶏肉のねぎみそ焼き ひじきの白和え えのきのすまし汁	牛乳 お麩ラスク(黒糖) バナナ	鶏肉、豆腐、みそ、油揚げ、牛乳、ひじき、 こんぶ、かつお、6分つき米、麩、せんべい、バ ター、ごま、にんじん、ほうれん草、ねぎ、えの き、玉ねぎ、バナナ、みりん、しょうゆ、酒、砂 糖、食塩、黒砂糖	515 kcal 20.0 g
12	火	牛乳 手作りポーロ (プレーン)	ごはん 和風ミートローフ ポテトサラダ レタスのスープ	牛乳 そら豆とチーズの ホットケーキ	豚肉、鶏肉、豆腐、ハム、みそ、そら豆、牛乳、 チーズ、こんぶ、小麦粉、6分つき米、片栗粉、 じゃが芋、コーン、こめ油、マヨドレ、にんじん、 いんげん、玉ねぎ、きゅうり、レタス、砂糖、食塩、 しょうゆ、酒、コンソメ、ベーキングパウダー	522 kcal 20.7 g	26	火	牛乳 手作りポーロ (プレーン)	ごはん 和風ミートローフ ポテトサラダ レタスのスープ	牛乳 そら豆とチーズの ホットケーキ	豚肉、鶏肉、豆腐、ハム、みそ、そら豆、牛乳、 チーズ、こんぶ、小麦粉、6分つき米、片栗粉、 じゃが芋、コーン、こめ油、マヨドレ、にんじん、 いんげん、玉ねぎ、きゅうり、レタス、砂糖、食塩、 しょうゆ、酒、コンソメ、ベーキングパウダー	522 kcal 20.7 g
13	水	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん さわらのしょうが煮 ブロッコリーのごまあえ 高野豆腐のみそ汁	牛乳 にんじんクッキー	さわら、ちくわ、高野豆腐、みそ、牛乳、 にぼし、こんぶ、かつお、6分つき米、 パン、小麦粉、こめ油、ごま、ブロッコリーにん じん、こねぎ、しょうが、えのき、 玉ねぎ、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、食塩	525 kcal 21.4 g	27	水	牛乳 ひとくち トースト (シュガー)	ごはん さわらのしょうが煮 ブロッコリーのごまあえ 高野豆腐のみそ汁	牛乳 にんじんクッキー	さわら、ちくわ、高野豆腐、みそ、牛乳、 にぼし、こんぶ、かつお、6分つき米、 パン、小麦粉、こめ油、ごま、ブロッコリーにん じん、こねぎ、しょうが、えのき、 玉ねぎ、砂糖、酒、みりん、しょうゆ、食塩	525 kcal 21.4 g
14	木	牛乳 バナナ	ハヤシライス コールスローサラダ じゃがいものスープ	牛乳 ぶどうゼリー ビスケット	豚肉、ハム、牛乳、かつお、こんぶ、寒天、米粉、 6分つき米、ビスケット、じゃが芋、コーン、 こめ油、マヨドレ、トマト、にんじん、小松菜、 バナナ、玉ねぎ、しめじ、キャベツ、酒、みりん、 砂糖、しょうゆ、ウスターソース、コンソメ ケチャップ、酢、食塩、ぶどうジュース	512 kcal 19.2 g	28	木	牛乳 バナナ	ハヤシライス コールスローサラダ じゃがいものスープ	牛乳 ぶどうゼリー ビスケット	豚肉、ハム、牛乳、かつお、こんぶ、寒天、米粉、 6分つき米、ビスケット、じゃが芋、コーン、 こめ油、マヨドレ、トマト、にんじん、小松菜、 バナナ、玉ねぎ、しめじ、キャベツ、酒、みりん、 砂糖、しょうゆ、ウスターソース、コンソメ ケチャップ、酢、食塩、ぶどうジュース	512 kcal 19.2 g
15	金	牛乳 ひとくち トースト (きなこ)	五目うどん かぼちゃの煮物 オレンジ	牛乳 ツナコーンピラフ	鶏もも肉、ツナ、きな粉、牛乳、かつお、こんぶ、 パン、6分つき米、うどん、かぼちゃ、コーン、 ごま油、バター、にんじん、パセリ、チンゲン菜、 しいたけ、ねぎ、オレンジ、砂糖、しょうゆ、 みりん、食塩、コンソメ	517 kcal 20.8 g	29	金	牛乳 ひとくち トースト (きなこ)	五目うどん かぼちゃの煮物 オレンジ	牛乳 ツナコーンピラフ	鶏もも肉、ツナ、きな粉、牛乳、かつお、こんぶ、 パン、6分つき米、うどん、かぼちゃ、コーン、 ごま油、バター、にんじん、パセリ、チンゲン菜、 しいたけ、ねぎ、オレンジ、砂糖、しょうゆ、 みりん、食塩、コンソメ	517 kcal 20.8 g
16	土	牛乳 塩せんべい	ごはん 厚揚げ麻婆豆腐 春雨サラダ ほうれん草のスープ	牛乳 ジャムトースト	豚肉、厚揚げ、ハム、みそ、牛乳、6分つき米、 パン、せんべい、春雨、片栗粉、こめ油、ごま油、 ごま、にんじん、ほうれん草、ねぎ、にんにく、 しょうが、きゅうり、玉ねぎ、砂糖、しょうゆ、酢、 鶏がらスープの素、いちごジャム	516 kcal 19.2 g	30	土	牛乳 ビスケット	チーズトースト ミネストローネ みかんヨーグルト	麦茶 ごま塩おにぎり カルシウムせんべい	ベーコン、チーズ、牛乳、ヨーグルト、マカロニ、 パン、6分つき米、じゃが芋、ビスケット、 せんべい、こめ油、ごま、にんじん、パセリ、 トマト缶、玉ねぎ、キャベツ、みかん缶、砂糖、 ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩	514 kcal 18.3 g
18	月	麦茶 カルシウム せんべい	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き キャベツのツナサラダ ブロッコリーのスープ	牛乳 みそパン	鶏肉、ツナ、みそ、牛乳、6分つき米、小麦粉、 せんべい、コーン、こめ油、ブロッコリー、 にんじん、キャベツ、きゅうり、玉ねぎ、しょうゆ、 酒、マーマレードジャム、砂糖、酢、食塩、 コンソメ、ベーキングパウダー	536 kcal 19.8 g	<div style="border: 2px solid orange; border-radius: 50%; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>今月のもぐもぐタッチ</p> </div> <p>ももぐみ 26日(火) そらまめにふれよう ゆりぐみ 12日(火) そらまめにふれよう 28日(木) キャベツちぎり</p>						

※月平均栄養価 エネルギー 523kcal たんぱく質 20.5g 脂質 18.2g  
 ※仕入れの都合により、一部献立を変更する場合があります。  
 ※補食…月・水クラッカー/火・金せんべい/木・土ビスケット