

日	献立	(赤)血や肉になる食品	(緑)体の調子を整える食品	(黄)働く力になる食品	3時のおやつ
1 土 B	ごはん 和風パスタ ツナサラダ スープ(レタス)	ウインナー ツナ ベーコン	しいたけ しめじ えのき キャベツ きゅうり レタス パセリ	七分つき米 スパゲティー マヨネーズ	★ゼリー
3 月	ふれあい弁当	給食はありません。手作りのお弁当を持たせてください			クッキー 小麦粉 卵 バター 砂糖
4 火 B	ごはん 魚の味噌あんかけ ごま和え 吸い物(卵 えのき)	魚の切り身 味噌 卵	大根 人参 キャベツ しめじ 小松菜 えのき	七分つき米 片栗粉 ごま 砂糖	あんパン 小豆 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
5 水 B	ごはん しょうが焼き コールスローサラダ 味噌汁(わかめ)	豚ロース わかめ 味噌	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ キャベツ きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 マヨネーズ	ウインナーにぎり ウインナー 七分つき米
6 木 A	ごはん ツナとチーズのオムレツ 大豆スープ	ツナ チーズ 卵 大豆	玉ねぎ 人参 大根 しめじ ブロccoli エリンギ コーン	七分つき米	★バナナ
7 金 A	ごはん 魚のハーブ焼き クリームシチュー	魚の切り身 粉チーズ 鶏肉 牛乳	パセリ バジル 玉ねぎ 人参 エリンギ ブロッコリー コーン	七分つき米 パン粉 バター マカロニ	きなこラスク 食パン バター きな粉 砂糖
8 土 特	そぼろ丼 和え物 味噌汁(南瓜)	合挽きミンチ ツナ 味噌	人参 さやえんどう コーン キャベツ しめじ 小松菜 南瓜 ねぎ	七分つき米 砂糖	★うまい棒 ★ビスケット
12 水 B	ごはん オムレツ 野菜の味噌ドレ 吸い物(豆腐 わかめ)	卵 味噌 豆腐 わかめ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ きゅうり コーン	七分つき米 砂糖 春雨	ごまにぎり ごま 七分つき米
13 木 特	すき焼き丼 けんちん汁	牛肉 味噌	玉ねぎ 白菜 えのき 白ねぎ 人参 ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 砂糖 糸こんにゃく	バナナケーキ バナナ 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
14 金 B	ごはん 魚のあんかけ 五目きんぴら 吸い物(ふ うすあげ)	魚の切り身 ちくわ うすあげ	玉ねぎ えのき ほうれん草 人参 れんこん ごぼう	七分つき米 砂糖 片栗粉 こんにゃく ふ	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
15 土 B	ごはん 酢豚 中華サラダ わかめスープ	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり もやし ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	★おにぎりせんべい ★シガーフライ
17 月 A	ごはん 高野豆腐のチーズ焼き ミネストローネ	高野豆腐 チーズ ウインナー	玉ねぎ 人参 小松菜 大根 ブロccoli エリンギ トマト パセリ	七分つき米 砂糖 マカロニ	なっばにぎり 小松菜 七分つき米
18 火 特	誕生会 野菜ビビンパ ワンタンスープ 赤飯 お菓子 ヨーグルト	合挽きミンチ 小豆	人参 大根 小松菜 もやし コーン レタス ねぎ	七分つき米 砂糖 ワンタンの皮 もち米	パイナップルケーキ パン缶 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
19 水 B	ごはん ちくわの香り揚げ 肉じゃが 味噌汁(根菜)	ちくわ 卵 牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 れんこん ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 小麦粉 砂糖 じゃがいも 糸こんにゃく	あんサンド 小豆 食パン
20 木 A	ごはん あんかけ焼きそば 卵とニラのスープ	豚肉 卵	玉ねぎ 人参 キャベツ 白菜 小松菜 えのき ニラ もやし	七分つき米 そば 片栗粉	★バナナ
21 金 B	ごはん 魚の照り焼き 南瓜のそぼろ煮 味噌汁(きのこ)	魚の切り身 鶏ミンチ 味噌	ブロッコリー 南瓜 しょうが しいたけ しめじ えのき ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	さつまいもパン さつまいも 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
22 土 特	肉やさい丼 大根サラダ 味噌汁(ふ)	牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 マヨネーズ ふ	★ぼたぼた焼き ★もちあめミックス
25 火 A	ごはん ミートスパゲティー コンソメスープ	合挽きミンチ ベーコン	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 しめじ ブロccoli コーン	七分つき米 スパゲティー	フルーツサンド パン缶 みかん缶 生クリーム 食パン
26 水 B	ごはん 魚の味噌煮込み ひじきの煮物 吸い物(卵 ほうれん草)	魚の切り身 味噌 ひじき 大豆 卵	しめじ えのき 人参 れんこん 玉ねぎ ほうれん草	七分つき米 砂糖 さつまいも こんにゃく	白玉きなこ 白玉粉 きな粉 砂糖
27 木 B	ごはん 鶏つくね ハムサラダ 味噌汁(豆腐)	鶏ミンチ ハム 豆腐 味噌	人参 しいたけ れんこん キャベツ きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉 マヨネーズ	チーズパン チーズ 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
28 金 B	ごはん 魚のマヨネーズ焼き 野菜のゆかり和え 味噌汁(大根 わかめ)	魚の切り身 わかめ 味噌	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 小松菜 大根 ねぎ	七分つき米 マヨネーズ	★バナナ

♪ 天候等により、献立・食材がやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。

日	献立	(赤)血や肉になる食品	(緑)体の調子を整える食品	(黄)働く力になる食品	3時のおやつ
1 土 B	ごはん 和風パスタ ツナサラダ スープ(レタス)	ウインナー ツナ ベーコン	しいたけ しめじ えのき キャベツ きゅうり レタス	七分つき米 スパゲティ	★ゼリー
3 月	ふれあい弁当	給食はありません。手作りのお弁当を持たせてください			クッキー 小麦粉 卵 バター 砂糖
4 火 B	ごはん 魚の味噌あんかけ ごま和え 吸い物(卵 えのき)	魚の切り身 味噌 卵	大根 人参 キャベツ しめじ 小松菜 えのき	七分つき米 片栗粉 ごま 砂糖	あんパン 小豆 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
5 水 B	ごはん 豚肉の煮物 コールスローサラダ 味噌汁(わかめ)	豚肉 わかめ 味噌	玉ねぎ 人参 ピーマン しめじ キャベツ きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 砂糖	 ウインナーにぎり ウインナー 七分つき米
6 木 A	ごはん ツナのオムレツ 大豆スープ	ツナ 卵 大豆	玉ねぎ 人参 大根 しめじ ブロッコリー エリンギ コーン	七分つき米	★バナナ
7 金 A	ごはん 魚の塩焼き クリームシチュー	魚の切り身 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 エリンギ ブロッコリー コーン	七分つき米 マカロニ	きなこラスク 食パン バター きな粉 砂糖
8 土 特	そぼろ丼 和え物 味噌汁(南瓜)	合挽きミンチ ツナ 味噌	人参 さやえんどう コーン キャベツ しめじ 小松菜 南瓜 ねぎ	七分つき米 砂糖	★うまい棒 ★ビスケット
12 水 B	ごはん オムレツ 野菜の味噌ドレ 吸い物(豆腐 わかめ)	卵 味噌 豆腐 わかめ	玉ねぎ 人参 ほうれん草 キャベツ きゅうり コーン	七分つき米 砂糖 春雨	ごまにぎり ごま 七分つき米
13 木 特	すき焼き丼 けんちん汁	牛肉 味噌	玉ねぎ 白菜 えのき 白ねぎ 人参 ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 砂糖 春雨	バナナケーキ バナナ 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
14 金 B	ごはん 魚のあんかけ 五目きんぴら 吸い物(ふ うすあげ)	魚の切り身 ちくわ うすあげ	玉ねぎ えのき ほうれん草 人参 れんこん ごぼう	七分つき米 砂糖 片栗粉 ふ	ツナパン ツナ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
15 土 B	ごはん 酢豚 中華サラダ わかめスープ	豚肉 ハム わかめ	玉ねぎ 人参 ピーマン しいたけ キャベツ きゅうり もやし ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	★おにぎりせんべい ★シガーフライ
17 月 A	ごはん 高野豆腐の煮物 ミネストローネ	高野豆腐 ウインナー	玉ねぎ 人参 小松菜 大根 ブロッコリー エリンギ トマト パセリ	七分つき米 砂糖 マカロニ	なっばにぎり 小松菜 七分つき米
18 火 特	誕生会 野菜ビビンバ ワンタンスープ 赤飯 お菓子 ヨーグルト	合挽きミンチ 小豆	人参 大根 小松菜 もやし コーン レタス ねぎ	七分つき米 砂糖 ワンタンの皮 もち米	パイナップルケーキ パン缶 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
19 水 B	ごはん 焼きウインナー 肉じゃが 味噌汁(根菜)	ウインナー 牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 れんこん ごぼう 大根 ねぎ	七分つき米 砂糖 じゃがいも 春雨	あんサンド 小豆 食パン
20 木 A	ごはん あんかけ焼きそば 卵スープ	豚肉 卵	玉ねぎ 人参 キャベツ 白菜 小松菜 えのき もやし	七分つき米 そば 片栗粉	★バナナ
21 金 B	ごはん 魚の照り焼き 南瓜のそぼろ煮 味噌汁(きのこ)	魚の切り身 鶏ミンチ 味噌	ブロッコリー 南瓜 しいたけ しめじ えのき ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	さつまいもパン さつまいも 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー
22 土 特	肉やさい丼 大根サラダ 味噌汁(ふ)	牛肉 味噌	玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 しめじ 大根 きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 ふ	★ぼたぼた焼き ★もちあめミックス
25 火 A	ごはん ミートスパゲティ コンソメスープ	合挽きミンチ ベーコン	玉ねぎ 人参 ピーマン 大根 しめじ ブロッコリー コーン	七分つき米 スパゲティ	フルーツサンド パン缶 みかん缶 生クリーム 食パン
26 水 B	ごはん 魚の味噌煮込み ひじきの煮物 吸い物(卵 ほうれん草)	魚の切り身 味噌 ひじき 大豆 卵	しめじ えのき 人参 れんこん 玉ねぎ ほうれん草	七分つき米 砂糖 さつまいも	白玉きなこ 白玉粉 きな粉 砂糖
27 木 B	ごはん 鶏つくね ハムサラダ 味噌汁(豆腐)	鶏ミンチ ハム 豆腐 味噌	人参 しいたけ れんこん キャベツ きゅうり コーン ねぎ	七分つき米 砂糖 片栗粉	チーズパン チーズ 砂糖 豆乳 ホットケーキミックス
28 金 B	ごはん 魚のケチャップ焼き 和え物 味噌汁(大根 わかめ)	魚の切り身 わかめ 味噌	玉ねぎ コーン キャベツ 人参 小松菜 大根 ねぎ	七分つき米 砂糖	 ★バナナ

♪ 天候等により、献立・食材がやむを得ず変更になることがあります。ご了承ください。

♪ ★印のおやつは、市販のおやつです。