


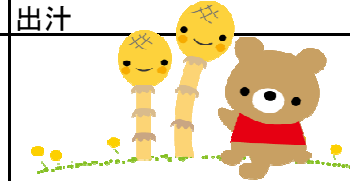




給食予定献立表



日	曜日	献立名 昼食	10時のオヤツ 3時のオヤツ	材料 材料	栄養価	栄養価	使っている主な材料			
							赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他
1	土	ぶたどん ぐたくさんみそしる ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 558kcal 蛋白質 23.6g 脂質 16.8g カルシウム 914mg 食塩 1.2g	エネルギー 470kcal 蛋白質 19.6g 脂質 15.5g カルシウム 485mg 食塩 1.1g	豚肉 豆腐、(冷)きざみあげ 合わせみそ	玉ねぎ,万能ねぎ 冷凍しいたけスライス,人参,玉ねぎ バナナ	米,さとう	こいくちしょうゆ,酒 出汁
3	月	☆おいわいきゅうしょく☆ おはなのきーまかれー ちきんなげつと こーるすろーさらだ	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ふりんあらもーど ぎゅうにゅう	アンパンマンのヘビーせんべい 牛乳 やわらかプリン(素),牛乳,湯 ホイップ,イチゴカット,黄桃缶 牛乳	エネルギー 666kcal 蛋白質 22.2g 脂質 27.1g カルシウム 235mg 食塩 1.6g	エネルギー 507kcal 蛋白質 19.2g 脂質 20.7g カルシウム 193mg 食塩 1.5g	豚ミンチ 並 チキンナゲット	たまねぎみじん切り,ダイスにんじん 5mm コーン キャベツ,星型人参,コーン,きゅうり	米,サラダ油,カレールー ドレッシング	セレクト ターメリック
4	火	なめし しろみざかなのおろしに はくさいのごまあえ みそしる おれんじ	ふいんがーひすけつと ぎゅうにゅう きなごまかろに ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 マカロニ,北海道丸大豆きな粉 さとう,食塩1kg 牛乳	エネルギー 423kcal 蛋白質 19.2g 脂質 7.7g カルシウム 222mg 食塩 1.4g	エネルギー 338kcal 蛋白質 15.4g 脂質 6.6g カルシウム 206mg 食塩 1.2g	たら 合わせみそ	大根 はくさい,人参 もやし,青ねぎ,えのき オレンジ	米 片栗粉,サラダ油,さとう 白いりごま,さとう	菜飯の素 こいくちしょうゆ,みりん風調味料 こいくちしょうゆ 出汁
5	水	さんしょくどん ぶろっこりーのちゅうかあえ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう じゃがばたー ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 じゃがいも,食塩1kg,バター 牛乳	エネルギー 479kcal 蛋白質 21g 脂質 16.4g カルシウム 223mg 食塩 1.7g	エネルギー 414kcal 蛋白質 20g 脂質 15.6g カルシウム 278mg 食塩 1.1g	凍結全卵,豚ミンチ 並 豆腐,合わせみそ	ブロッコリー,もやし,人参 冷凍ミリベジ 小松菜,青ねぎ	米,さとう,サラダ油,さとう さとう ごま油,さとう	酒,こいくちしょうゆ,食塩5kg こいくちしょうゆ,酒 冷凍いんげん M こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁
6	木	ごぼん とりにくのてりやき ごもくに みそしる	あすばらがすひすけつと ぎゅうにゅう かすてら ぎゅうにゅう	ギンビス アスパラガスビスケット 牛乳 カステラ 牛乳	エネルギー 472kcal 蛋白質 23.9g 脂質 11.2g カルシウム 193mg 食塩 1.4g	エネルギー 399kcal 蛋白質 19.4g 脂質 10.5g カルシウム 186mg 食塩 1.4g	鶏肉 大豆 合わせみそ	しいたけ,人参 冷凍インゲンダイスカット5mm キャベツ,玉ねぎ,人参	米 さとう,サラダ油 こんにやく,さとう	こいくちしょうゆ,みりん風調味料 酒 出汁,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン 出汁
7	金	ごぼん あつあげのみそいため きゃべつのおこんぶあえ ほうれんそうのすましじる	みれーひすけつと ぎゅうにゅう くらつかーさんど ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 リッツ,マシュマロ 牛乳	エネルギー 586kcal 蛋白質 27.4g 脂質 22.4g カルシウム 392mg 食塩 1.6g	エネルギー 456kcal 蛋白質 22.7g 脂質 18.3g カルシウム 332mg 食塩 1.1g	豚肉,厚あげ,味噌 塩昆布	人参,きぬさや,干しいたけ キャベツ,人参 冷 刻みほうれん草	米 サラダ油,さとう さとう 麩	みりん風調味料,こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 食塩1kg,出汁,こいくちしょうゆ
8	土	やきぶたちゃーぼん ぐたくさんすーぶ ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 594kcal 蛋白質 25.9g 脂質 19.7g カルシウム 942mg 食塩 1.5g	エネルギー 503kcal 蛋白質 21.3g 脂質 17.7g カルシウム 535mg 食塩 1.7g	焼豚,凍結全卵,鶏ガラスープ 豆腐,わかめ,鶏ガラスープ	玉ねぎ,MIX・ベントフル 玉ねぎ,しめじ,冷凍ミリベジ 小松菜,人参 バナナ	米,サラダ油	こいくちしょうゆ
10	月	ごぼん めんちかつ なのはなのおかかあえ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ももふるーちえ ぎゅうにゅう	アンパンマンのヘビーせんべい 牛乳 フルーチェ,牛乳 牛乳	エネルギー 472kcal 蛋白質 16.6g 脂質 13.3g カルシウム 261mg 食塩 1.7g	エネルギー 368kcal 蛋白質 13.9g 脂質 10.4g カルシウム 242mg 食塩 1.9g	糸かつお 豆腐,わかめ,味噌	(冷)菜の花,人参 冷凍 えのきたけ	米 サラダ油 さとう	新ごちそうメンチカツ45 ウスターソース こいくちしょうゆ 出汁
11	火	ごぼん さばのてりに いろどりやさしいため みそしる ばなな	ふいんがーひすけつと ぎゅうにゅう ちんすこう ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 小麦粉,さとう,ビュアラード 牛乳	エネルギー 601kcal 蛋白質 20g 脂質 19.5g カルシウム 189mg 食塩 1.3g	エネルギー 451kcal 蛋白質 14.8g 脂質 13.9g カルシウム 177mg 食塩 1.2g	さば骨なし60g 刻みハム 味噌	白ねぎ キャベツ,パプリカ,ピーマン,玉ねぎ 人参,玉ねぎ,青ねぎ バナナ	米 さとう サラダ油	みりん風調味料,酒 こいくちしょうゆ 食塩1kg 出汁
12	水	ごぼん にくどうふ やさいさらだ みそしる	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ぶちしゆーくりーむ ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 業務用フチシュー 牛乳	エネルギー 508kcal 蛋白質 22.8g 脂質 17g カルシウム 322mg 食塩 1.3g	エネルギー 389kcal 蛋白質 18.5g 脂質 13.6g カルシウム 358mg 食塩 1.6g	豚肉,豆腐 (冷)きざみあげ,わかめ,味噌	はくさい,白ねぎ,人参 キャベツ,ブロッコリー,人参 大根	米 こんにやく・糸,さとう ドレッシング	出汁,こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン,酒 出汁
13	木	ごぼん ぶたにくとちんげんさいのため かぼちゃさらだ ほうれんそうのすーぶ	あすばらがすひすけつと ぎゅうにゅう ひよこむしぼん ぎゅうにゅう	ギンビス アスパラガスビスケット 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g 豆乳,さとう,きな粉,サラダ油 黒ごま,コーン,デザートソースいちご 牛乳	エネルギー 597kcal 蛋白質 23g 脂質 15.5g カルシウム 288mg 食塩 1g	エネルギー 454kcal 蛋白質 18.5g 脂質 12.1g カルシウム 253mg 食塩 0.9g	豚肉,鶏ガラスープ 刻みハム 鶏ガラスープ	人参,玉ねぎ,ちんげん菜 南瓜,きゅうり 冷 刻みほうれん草,青ねぎ,もやし	米 サラダ油,さとう マヨネーズ 白いりごま	こいくちしょうゆ
14	金	しょくぼん しろみざかなのたるたるやき にんじんしりしり こーんぼたーじゆ みかんかん	みれーひすけつと ぎゅうにゅう おにぎり ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 米,板のり・2g かつおふりかけ・250g 牛乳	エネルギー 621kcal 蛋白質 29.1g 脂質 20.8g カルシウム 319mg 食塩 2.9g	エネルギー 531kcal 蛋白質 24.3g 脂質 18.1g カルシウム 272mg 食塩 2.3g	ホキ,卵 ツナ缶 牛乳	パセリ 人参 コーン,パセリ みかん缶	食パン マヨネーズ,サラダ油 さとう,白すりごま ポタージュの素	酒,食塩1kg こいくちしょうゆ,みりん風調味料
15	土	やきうどん ぐたくさんすーぶ ばなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 560kcal 蛋白質 24g 脂質 17.1g カルシウム 919mg 食塩 1.8g	エネルギー 415kcal 蛋白質 18.2g 脂質 14.2g カルシウム 501mg 食塩 1.3g	豚肉,糸かつお 豆腐,わかめ	ピーマン,キャベツ,玉ねぎ,人参 玉ねぎ,もやし,人参,しいたけ,コーン バナナ	うどん,サラダ油	めんつゆ・創味,食塩1kg コンソメJ



日	曜日	献立名 昼食	10時のオヤツ 3時のオヤツ	材料 材料	栄養価	栄養価	使っている主な材料				
							赤色の食品	緑色の食品	黄色の食品	その他	
17	月	わかめごはん さかなのそてーきのこあん あおなのささみあえ ふのすましじる ぱいんかん	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう ぽっぷこーん ぎゅうにゅう	アンパンマンのベビーせんべい 牛乳 ポップコーン, サラダ油, 食塩1kg 牛乳	エネルギー 497kcal 蛋白質 24.5g 脂質 12.2g カルシウム 210mg 食塩 1.2g	エネルギー 388kcal 蛋白質 22.4g 脂質 8.4g カルシウム 185mg 食塩 0.8g	さわら ささみ, 糸かつお	炊き込みわかめ しめじ, えのき, 人参 小松菜, 人参 玉ねぎ, 青ねぎ サニーサイドパインチビット	米 小麦粉, サラダ油, 片栗粉 さとう 麩	食塩1kg, こいくちしょうゆ みりん風調味料 こいくちしょうゆ 出汁, 食塩1kg, こいくちしょうゆ	
18	火	しろくまうどん だいがくかぼちゃ りんご 	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう いちごぱろあ ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 ババロアの素, 森永牛乳・1L, 水 牛乳	エネルギー 489kcal 蛋白質 18.1g 脂質 13g カルシウム 216mg 食塩 1.6g	エネルギー 378kcal 蛋白質 14.8g 脂質 9.5g カルシウム 193mg 食塩 1.2g	鶏肉	大根, 人参, しめじ, 青ねぎ 南瓜 りんご	うどん サラダ油, さとう, 黒ごま150g	出汁, めんつゆ・創味 こいくちしょうゆ	
19	水	ごはん てづくりはんぱーぐ はるやさいさらだ はくさいとべーこんのすーぷ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう どーなつ ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 昭和ホットケーキミックス600g サラダ油, 豆乳, サラダ油, さとう 牛乳	エネルギー 571kcal 蛋白質 20.8g 脂質 22.6g カルシウム 205mg 食塩 1.1g	エネルギー 428kcal 蛋白質 16.7g 脂質 17g カルシウム 256mg 食塩 1g	牛豚ミンチ, 牛乳, 凍結全卵 ベーコン	玉ねぎ キャベツ, パプリカ, グリーンアスパラ はくさい, 玉ねぎ	米 パン粉, さとう 白ドレッシング	食塩1kg, ケチャップ ウスターソース コンソメJ	
20	木	ごはん くろはんぺんふらい じゃがいものにももの みそしる	あすぱらがすびすけつと ぎゅうにゅう ぱななよーぐると ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 ヨーグルト, さとう, パナナ 牛乳	エネルギー 508kcal 蛋白質 16.4g 脂質 8.9g カルシウム 236mg 食塩 2.1g	エネルギー 364kcal 蛋白質 12.9g 脂質 6.8g カルシウム 211mg 食塩 2.3g	黒はんぺん わかめ, 味噌	人参, グリンピース もやし, 玉ねぎ	米 パン粉, サラダ油 じゃがいも, こんにやく, さとう	結着バター玉子入り こいくちしょうゆ, みりん風調味料 酒 出汁	
21	金	かれーらいす ぶろっこりーさらだ みかんかん	みれーびすけつと ぎゅうにゅう おせんべい ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 アンパンマンのおさかなせんべい 14g 牛乳	エネルギー 578kcal 蛋白質 21.4g 脂質 21.4g カルシウム 250mg 食塩 1.7g	エネルギー 456kcal 蛋白質 16.7g 脂質 17.3g カルシウム 198mg 食塩 1.3g	豚肉, チーズ	人参, 玉ねぎ ブロッコリー, 人参 みかん缶	米, じゃがいも, サラダ油 カレールー マヨネーズ		
22	土	ぎゅうどん ぐたくさんみそしる ぱなな	おたのしみ ぎゅうにゅう おたのしみ ぎゅうにゅう	鉄入りウエハース 牛乳 カルシウム&テツ ウエハース 牛乳	エネルギー 520kcal 蛋白質 20.5g 脂質 13.3g カルシウム 930mg 食塩 1.4g	エネルギー 430kcal 蛋白質 16.1g 脂質 12.6g カルシウム 497mg 食塩 1.3g	牛肉 豆腐, (冷)きざみあげ, 味噌	玉ねぎ, 青ねぎ 大根, 人参, 干しいたけ バナナ	米, こんにやく, さとう	酒, こいくちしょうゆ 本みりん ミツカン, 酒, 出汁 出汁	
24	月	たけのごはん ちきんかつ まかろにとえだまめのさらだ みそしる	あんぱんまんそふとせんべい ぎゅうにゅう おふらすく ぎゅうにゅう	アンパンマンのベビーせんべい 牛乳 麩, バター, さとう 牛乳	エネルギー 574kcal 蛋白質 22.1g 脂質 19.1g カルシウム 210mg 食塩 1.8g	エネルギー 414kcal 蛋白質 17.2g 脂質 14g カルシウム 187mg 食塩 1.2g	(冷)きざみあげ おそうざいチキンカツ55g 豆腐, 味噌	筍, 冷凍キヌサヤスライス 枝豆, (冷)ダイスカロット, コーン 青ねぎ	米 サラダ油 マカロニ, マヨネーズ 里芋	こいくちしょうゆ, 食塩1kg みりん風調味料, 酒 とんかつソース 出汁	
25	火	ごはん しろみさかなのちゃんちゃんやき はるさめのあえもの はんぺんのすましじる ももかん	ふいんがーびすけつと ぎゅうにゅう ぼんでけーじょ ぎゅうにゅう	ビスケット 牛乳 小麦粉, 白玉粉, サラダ油, 牛乳 チーズ, ベーキングパウダー 食塩1kg 牛乳	エネルギー 571kcal 蛋白質 22g 脂質 11.7g カルシウム 297mg 食塩 1.9g	エネルギー 402kcal 蛋白質 16g 脂質 8.6g カルシウム 227mg 食塩 1g	ホキ, 味噌 はんぺん	キャベツ, 玉ねぎ, 人参ピーマン 冷凍しいたけスライス きゅうり, 人参, コーン 冷 刻みほうれん草 黄桃缶	米 さとう, バター 春雨, さとう	酒, 本みりん ミツカン こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ 出汁, 食塩1kg, こいくちしょうゆ	
26	水	ごはん ぽーくびーんず ごぼうさらだ だいこんのすーぷ	かるしうむせんべい ぎゅうにゅう ★おたんじょうびめにゅー★ ふれんちとーすと ぎゅうにゅう	カルシウム 甘醤油せんべい 牛乳 食パン, 牛乳, 卵, さとう, バター ホイップ, イチゴカット 牛乳	エネルギー 619kcal 蛋白質 22.2g 脂質 19.3g カルシウム 255mg 食塩 1.5g	エネルギー 465kcal 蛋白質 21.9g 脂質 14.9g カルシウム 302mg 食塩 1.2g	豚肉 水煮大豆150g国産大豆100%使用 ひじき	玉ねぎ, 人参, しめじ, ダイストマト・2号缶 パセリ ごぼう, 人参 大根, 玉ねぎ, コーン	米 ダイスポテト, サラダ油, さとう 白すりごま, マヨネーズ	コンソメJ, 水, ケチャップ こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ コンソメJ, こいくちしょうゆ 食塩1kg, 水	
27	木	ごはん はるやさいのちゅうかいため きりぼしだいこんのわふうさらだ きのこすーぷ	あすぱらがすびすけつと ぎゅうにゅう おれんじゼリー ぎゅうにゅう	キンピス アスパラガスビスケット 牛乳 ゼリー オレンジ, 水, みかん 牛乳	エネルギー 522kcal 蛋白質 21.1g 脂質 12.9g カルシウム 225mg 食塩 0.6g	エネルギー 400kcal 蛋白質 17.5g 脂質 10.8g カルシウム 221mg 食塩 0.9g	豚肉, うずら卵 水煮 鶏ガラスープ 刻みハム, わかめ 鶏ガラスープ	麻竹たけのこ水煮・ストリップ (冷)スナップエンドウ, はくさい, 人参 玉ねぎ 切干大根, もやし しいたけ, しめじ, えのき, パセリ	米 サラダ油, 片栗粉, ごま油 さとう, ごま油 白いりごま	こいくちしょうゆ こいくちしょうゆ, 食酢1.8L	
28	金	とりごもくめし ちくわのいそべあげ かにさらだ みそしる	みれーびすけつと ぎゅうにゅう ぷちけーき ぎゅうにゅう	ミレービスケット 牛乳 プチケーキ・カスタード 14g 牛乳	エネルギー 549kcal 蛋白質 22g 脂質 17.3g カルシウム 321mg 食塩 2.4g	エネルギー 430kcal 蛋白質 21g 脂質 15g カルシウム 293mg 食塩 2g	鶏肉 ちくわ, 卵, 青のり粉 かに風味淡雪 (冷)きざみあげ, 味噌	人参, ごぼう, しいたけ, しめじ 冷凍キヌサヤスライス キャベツ, きゅうり 冷凍ミリベジ 小松菜, えのき	米 小麦粉, サラダ油 マヨネーズ	みりん風調味料, 酒 こいくちしょうゆ 出汁	
29	土	 しょうわのひ 									

仕入れの都合でメニューが変更になることがあります。ご了承下さい。