

日	献立名	牛乳	赤の仲間 (+牛乳) 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える	エネルギーたんぱく質	予定 地場産物
6 木	サンマーマン		豚肉、なると巻き	中華めん、油、かたくり粉	にんにく、しょうが、たけのこ、もやし、キャベツ、ねぎ	445 kcal	
	肉しゅうまい		肉しゅうまい			18.2 g	きゅうり
	大根とじゃこのサラダ		ちりめんじゃこ	油、ドレッシング	だいこん、キャベツ、きゅうり、にんにく		
7 金	ハヤシライス		豚肉、牛乳、とろけるチーズ	白飯、炒め油、じゃがいも	にんにく、しょうが、にんにく、玉葱、トマト缶	460 kcal	こめ
	白ごまつくね		白ごまつくね			16.7 g	きゅうり たまねぎ
	ツナとひじきのサラダ		まぐろ水煮、ひじき	ドレッシング	キャベツ、きゅうり、にんにく		
10 月	ご飯			白飯		480 kcal	
	豆腐ハンバーグ		豆腐ハンバーグ	三温糖、かたくり粉	しょうが	22.8 g	こめ
	大豆の磯煮		鶏肉、ひじき、大豆、さつま揚げ	油、こんにやく、三温糖	にんにく、さやいんげん		
11 火	野菜焼		生揚げ、みそ	油、じゃがいも、こんにやく	ごぼう、にんにく、だいこん、ねぎ、こまつな		
	抹茶入りきなこ揚げパン		きな粉	コッペパン、油、上白糖	抹茶	433 kcal	きゅうり
	海藻サラダ		海藻ミックス	ドレッシング	きゅうり、キャベツ、にんにく	15.0 g	たまねぎ
12 水	わんたんスープ		豚肉(小間)	ウエーブフワタン	にんにく、玉葱、きくらげ、もやし、ねぎ、こまつな		
	ご飯(えごまふりかけ)			白飯		519 kcal	
	じゃが芋のきんぴら煮		鶏胸小間	油、こんにやく、三温糖、フレンチポテト、ごま	ごぼう、にんにく、グリーンピース	20.2 g	こめ たまねぎ
13 木	厚焼き卵		厚焼き卵				
	スタミナスープ		豚肉、豆腐、みそ、牛乳	じゃがいも	にんにく、玉葱、だいこん、ねぎ、にんにく		
	肉うどん		豚肉、なると巻き、油揚げ	地粉うどん	しょうが、にんにく、玉葱、ねぎ、にら、こまつな	500 kcal	きゅうり
14 金	アメリカンドッグ		ウイナ、チーズ	小麦粉、ホットケーキミックス、油		18.8 g	たまねぎ
	きゅうりのピリッと漬け				きゅうり		
	ソイ丼		ベーコン、豚肉、大豆	白飯、三温糖	にら	469 kcal	こめ
17 月	バリバリサラダ		油揚げ	ドレッシング	だいこん、きゅうり、キャベツ	19.9 g	きゅうり たまねぎ
	かき玉汁		なると巻き、卵	かたくり粉	にんにく、玉葱、こまつな		
	ご飯			白飯		429 kcal	
18 火	揚げぎょうざ		ぎょうざ	油		13.4 g	こめ
	チャーハン豆腐		豚肉、生揚げ	油、上白糖、かたくり粉	にんにく、しょうが、にんにく、たけのこ、干し椎茸、ねぎ		たまねぎ
	中華スープ		ベーコン、わかめ	緑豆はるさめ	にんにく、玉葱、きくらげ、チンゲンツァイ		
19 水	フラワーロールパン			フラワーロールパン		513 kcal	
	トンノスパゲッティ		まぐろ水煮	油、スパゲッティ	にんにく、玉葱、にんにく、えのきたけ、しめじ、トマト缶、こまつな	18.7 g	たまねぎ
	焼きウィンナー		ウイナ				
20 木	三色サラダ			ドレッシング	キャベツ、とうもろこし、ブロッコリー		
	わかめご飯			わかめごはん		462 kcal	
	鯉の香り揚げ		鯉角切り	かたくり粉、油	しょうが	20.8 g	こめ
21 金	きゃべつの卵とじ		ベーコン、卵	油	にんにく、エリンギ、キャベツ		たまねぎ
	じゃがいもと玉ねぎのみそ汁		みそ	じゃがいも	にんにく、玉葱、ねぎ、こまつな		
	マーボーラーメン		豚肉、みそ、豆腐	中華めん、油、三温糖、かたくり粉	にんにく、しょうが、にんにく、たけのこ、干し椎茸、玉葱、もやし、ねぎ、にら	528 kcal	きゅうり
22 土	春巻き		春巻き	油		18.5 g	たまねぎ
	はるさめサラダ			はるさめ、ドレッシング	きゅうり、にんにく、キャベツ		
	チキンカレー		鶏肉、チーズ、牛乳	妻ごはん、炒め油、じゃがいも	玉葱、にんにく、しょうが、にんにく、トマト缶	523 kcal	こめ
24 月	大豆とジャコのカリカリ揚げ		大豆、ちりめんじゃこ	かたくり粉、油、上白糖		18.3 g	たまねぎ
	花野菜のサラダ			ドレッシング	ブロッコリー、カリフラワー、キャベツ		
	ご飯			白飯		491 kcal	
25 火	アジフライ		アジフライ	油		19.0 g	こめ
	切り干し大根の炒り煮		焼き竹輪、油揚げ	油、三温糖	にんにく、切干しいんげん		
	けんちん汁		豆腐	油、こんにやく、さといも	ごぼう、にんにく、だいこん、ねぎ		
26 水	スラッピージョー		豚肉	コッペパン、スライス、油、小麦粉	しょうが、にんにく、玉葱、にんにく	461 kcal	
	彩りサラダ			ドレッシング	きゅうり、キャベツ、とうもろこし、赤ピーマン	16.6 g	きゅうり
	花豆のポタージュ		白花豆ペースト、牛乳、クリーム	油、じゃがいも	玉葱、にんにく、パセリ		たまねぎ
27 木	りんごゼリー			リンゴゼリー			
	ご飯			白飯		506 kcal	
	鯖の味噌マヨネーズ焼き		さわら、みそ、豆乳	ノンエッグマヨネーズ		21.9 g	こめ
28 金	たくあんサラダ			ごま、ドレッシング	きざみたくあん、とうもろこし、キャベツ、にんにく		たまねぎ
	じゃが豚キムチ		豚肉	油、じゃがいも、こんにやく、三温糖	玉葱、にんにく、白菜キムチ、にら		
	山菜うどん		鶏肉、焼き竹輪、なると巻き、油揚げ	地粉うどん	にんにく、山菜ミックス、きくらげ、ねぎ、こまつな	556 kcal	
30 土	抹茶チョコパンケーキ		牛乳、卵	ホットケーキミックス、ミルクチョコレート	抹茶	20.5 g	
	野菜炒め		ベーコン	油	にんにく、キャベツ、もやし、とうもろこし、にら		
	キャンディチーズ		チーズ				
31 日	ご飯			白飯		488 kcal	
	みそカツ		鶏肉、みそ	小麦粉、パン粉、油、三温糖		23.4 g	こめ
	骨まるごとおかか和え		骨まるごと味付けかつお節		ほうれんそう、キャベツ、にんにく		
1 月	沢煮焼		豚肉、生揚げ	油、かたくり粉	ごぼう、にんにく、たけのこ、干し椎茸、糸みつば		
	ご飯			白飯		482 kcal	
	ハンバーグデミグラスソース		ハンバーグ	油、上白糖	玉葱、セロリ、マッシュルーム	19.5 g	こめ
キャベツのペペロンチーノ風ソテー		ベーコン	油	にんにく、にんにく、キャベツ、とうもろこし、こまつな		たまねぎ	
野菜スープ(トマト風味)		ベーコン、鶏肉、チーズ	油	にんにく、玉葱、にんにく、キャベツ、トマト缶、こまつな			

※材料入荷等の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。
 ※給食に関する行事については、園のおたよりで確認してください。
 給食回数 18回 給食 11回、パン3回、めん4回

今月の地場産物

