



※毎日、おはし・フォーク・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			調味料
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
11 (木)	【セルフホットドッグ】									ミルク ベーコン ロングウインナー	ドッグパン	キャベツ にんじん もやし たまねぎ グリルトマト	しょうゆ コンソメ 塩 こしょう 酒 中華だし みりん マヨネーズ ケチャップ
	ドッグパン		○	○	○								
	ロングウインナー		○	○	○								
	野菜ソテー		○	○	○								
	ミルク		○										
	コンソメスープ	○	○	○	○				○				
12 (金)	米飯									ミルク とり肉	米飯 かたくり粉 小麦粉 サラダ油 ごま ごま油 いちごとみかんのゼリー	にんにく 土しょうが もやし チンゲン菜 にんじん	しょうゆ 酒 塩 みりん 中華だし
	ミルク		○										
	とりのからあげ			○	○								
	もやしのナムル			○	○	○							
	いちごとみかんのゼリー												
15 (月)	ビーフカレー			○	○				○	ミルク 牛肉 ツナ 元気ヨーグルト	米飯 じゃがいも	たまねぎ にんじん きゃべつ コーン	しょうゆ カレールウ ケチャップ コンソメ ソース 酢 みりん マヨネーズ 砂糖 塩
	ミルク		○										
	コールスローサラダ				○				○				
	元気ヨーグルト		○										
16 (火)	黒糖パン		○	○						ミルク 鮭 ハム ベーコン バター	黒糖パン マカロニ	きゅうり コーン たまねぎ にんじん	しょうゆ コンソメ 塩 酒 マヨネーズ
	ミルク		○										
	さけのバター焼き		○	○	○				○				
	マカロニサラダ	◎	○	○	○								
	コンソメスープ	○	○	○	○				○				
17 (水)	米飯									ミルク とり肉	米飯 サラダ油	ブロッコリー きゅうり キャベツ アスパラ いちご	しょうゆ 塩 酢 砂糖 みりん 酒 マーマレード
	ミルク		○										
	とり肉のマーマレード焼き			○	○								
	グリーンサラダ			○	○								
	いちご												
18 (木)	米飯									ミルク ぶた肉 しらす 油あげ わかめ	米飯 サラダ油 ごま油	たまねぎ もやし にんじん 土しょうが ピーマン だいこん	だし しょうゆ 砂糖 みりん 酒 みそ
	ミルク		○										
	ぶたのしょうが焼き			○	○								
	ピーマンとじゃこのたいたん			○	○	○			○				
	だいこんのみそ汁			○	○				○				
19 (金)	親子丼	◎		○	○				○	ミルク とり肉 卵 油あげ	米飯 かたくり粉 スイートポテト	たまねぎ にんじん 青ねぎ キャベツ	だし しょうゆ 砂糖 みりん みそ
	ミルク		○										
	きゃべつのみそ汁			○	○				○				
	スイートポテト				○								
22 (月)	米飯									ミルク 牛肉 焼ちくわ かつおぶし わかめ	米飯 こんにゃく サラダ油	ごぼう たまねぎ にんじん 土しょうが ブロッコリー えのき	だし しょうゆ 砂糖 みりん 酒 塩
	ミルク		○										
	牛肉とごぼうのしぐれ煮			○	○				○				
	ブロッコリーのおかかあえ			○	○				○				
	すまし汁			○	○				○				

卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類

※毎日、おはし・フォーク・スプーンをご持参ください。

◎・・・卵抜きで提供します。

日	献立	アレルギー源								おかずの内容			調味料
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類	血や肉のもとになる	熱や力のもとになる	体の調子を整える	
23 (火)	味付けパン		○	○						ミルク とり肉 チーズ ハム	味付パン ベンネ	たまねぎ にんじん ほうれん草 きゃべつ にんにく ヤングコーン オレンジ	しょうゆ コンソメ カレールウ 塩 砂糖 酢 ソース マヨネーズ ケチャップ
	ミルク		○										
	カレーパンネ		○	○	○			○					
	シーザーサラダ	◎	○	○	○								
	オレンジ												
24 (水)	米飯								ミルク さば ひじき 水煮大豆 焼ちくわ 油あげ わかめ	米飯 じゃがいも	にんじん たまねぎ 土しょうが	だし しょうゆ 砂糖 みりん みそ 酒	
	ミルク		○										
	さばのみそ煮			○	○			○					
	ひじきの五目煮			○	○			○					
	じゃがいものみそ汁			○	○			○					
25 (木)	米飯								ミルク ぶた肉	米飯 ごま油 パインコンポート	きゃべつ たまねぎ にんじん しめじ だいこん 干しいたけ	しょうゆ 中華だし みりん みそ 酒 テンメン醬	
	ミルク		○										
	回鍋肉			○	○	○							
	中華スープ		○	○	○	○							
	パインコンポート												
26 (金)	ピタパン		○	○	○				ミルク とり肉 ヨーグルト チーズ 生クリーム	ピタパン サラダ油	ほうれん草 にんじん コーン クリームコーン たまねぎ パセリ	しょうゆ コンソメ 塩 こしょう 酢 砂糖 ホワイトルウ タンドリーベース 酒 みりん	
	ミルク		○										
	タンドリーチキン		○										
	ほうれん草とチーズのサラダ		○	○	○								
	コーンスープ		○	○	○			○					

卵 乳 小麦 大豆 ごま 魚介類 落花生 甲殻類

エネルギー	637 Kcal
栄養平均量	タンパク質 27.2 g
	鉄 2.0 mg



1年生のみなさん、ご入学おめでとうございます。
1年生の給食開始は、15日(月)です。

ご入学・ご進級おめでとうございます。
2～6年生は、11日から給食が始まります。
食事のマナーをもう一度見直し、新年度を元気にスタートさせましょう。

食事のマナー

いただきます
ごちそうさま

「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする。

食事の前には手を洗う。

好き嫌いないで何でも食べる。

まわりの人に不快な気持ちを与えない。

正しい姿勢で食べる。