

※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 (金)	『セルフホットドック』									ミルク ツナ	ドックパン マカロニ	にんじん たまねぎ コーン	コンソメ しょうゆ
	ドックパン	○	○	○	○					ロングウィンナー		きゃべつ マッシュルーム	みりん 砂糖 塩
	ロングウィンナー		○	○	○					ベーコン		乾燥パセリ	ケチャップ ソース
	ミルク		○										マヨネーズ 酢
	ミネストローネ	○	○	○	○		○						こしょう
	コールスローサラダ			○	○			○					
14 (月)	そぼろ丼			○	○	○				ミルク とり肉	米飯 ごま ごま油	にんじん たまねぎ ピーマン	だし しょうゆ
	ミルク		○							わかめ かまぼこ		チンゲン菜 にんにく	みりん 砂糖 塩
	ブロッコリーのごまあえ			○	○	○						ブロッコリー えのき	中華だし 酒
	すまし汁			○	○			○					コチュジャン
15 (火)	黒糖パン		○	○						ミルク ツナ	黒糖パン スパゲティ	にんじん たまねぎ ピーマン	しょうゆ ソース
	ミルク		○							ウィンナー	さくらゼリー サラダ油	ほうれん草	砂糖 塩 酢
	ナポリタンスパゲティ			○	○			○					ケチャップ
	ほうれん草とツナのサラダ			○	○			○					
	さくらゼリー												
16 (水)	米飯									ミルク ぶた肉	米飯 ごま油 フォー	にんじん たまねぎ ピーマン	中華だし しょうゆ
	ミルク		○							卵		きゃべつ しめじ はくさい	みりん 酒
	ぶた肉の中華いため			○	○	○						たけのこ 青ねぎ オレンジ	
	フォー入り中華スープ	◎		○	○	○							
	オレンジ												
17 (木)	米飯									ミルク さば 油あげ	米飯 じゃがいも	にんじん はくさい たまねぎ	だし しょうゆ
	ミルク		○							かつおぶし わかめ		ほうれん草	みりん 砂糖
	さばの塩焼き							○					みそ
	はくさいのおひたし			○	○			○					
	じゃがいものみそ汁			○	○			○					
18 (金)	食パン		○	○	○					ミルク カレーロール	食パン いちごジャム	にんじん たまねぎ きゅうり	コンソメ しょうゆ
	いちごジャム									ツナ ベーコン	じゃがいも サラダ油	はくさい	みりん 酒 塩
	ミルク		○										こしょう 中華だし
	カレーロール	○	○	○	○								ホワイトルウ
	ポテトサラダ			○	○			○					マヨネーズ
	はくさいとベーコンのクリームスープ	○	○	○	○			○					
21 (月)	米飯									ミルク 厚あげ	米飯 ごま ごま油	にんじん たまねぎ 白ねぎ	中華だし しょうゆ
	ミルク		○							ぶた肉 カニかま	かたくり粉 春雨	こまつな もやし にんにく	みりん 酒
	家常豆腐			○	○	○		○		わかめ		だいこん	オイスターソース
	こまつなのナムル			○	○	○		○	○				
	中華スープ			○	○	○							

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		
22 (火)	味付けパン		○	○						ミルク ウィンナー	味付けパン じゃがいも ポテトカップグラタン サラダ油 キャラメルパンナコッタ	にんじん たまねぎ だいこん ブロッコリー セロリ きゃべつ きゅうり アスパラ	コンソメ しょうゆ 中華だし みりん 塩 こしょう 酢 砂糖	
	ミルク		○											
	ポトフ			○	○			○						
	グリーンサラダ			○	○									
	ポテトカップグラタン		○	○	○									
	キャラメルパンナコッタ	○	○		○									
23 (水)	米飯								ミルク とり肉 ツナ 厚あげ	米飯 春雨 ごま油	にんじん もやし きゅうり きゃべつ だいこん 青ねぎ	だし しょうゆ 中華だし みりん 砂糖 酒 みそ マヨネーズ 酢		
	ミルク		○											
	とりのてり焼き			○	○									
	春雨のさっぱりあえ			○	○	○	○							
	だいこんのみそ汁			○	○		○							
24 (木)	ビーフカレー			○	○			○	ミルク 牛肉 元気ヨーグルト	米飯 じゃがいも サラダ油	にんじん たまねぎ きゃべつ きゅうり コーン ブロッコリー	コンソメ しょうゆ カレールウ 塩 酢 砂糖 ケチャップ ソース みりん		
	ミルク		○											
	いりどりサラダ			○	○									
	元気ヨーグルト		○											
25 (金)	米飯								ミルク ししゃも 油あげ 焼ちくわ ぶた肉 豆腐	米飯 こんにゃく	にんじん ごぼう こまつな だいこん 青ねぎ	だし しょうゆ みりん 砂糖 みそ 酒		
	ミルク		○											
	焼ししゃも	○魚卵					○							
	こまつなとこんにゃくのいため煮			○	○		○							
	豚汁			○	○		○							
28 (月)	山パン		○	○	○				ミルク ぶた肉 ベーコン	山パン ハネーソフト サラダ油	にんじん たまねぎ しめじ ピーマン マッシュルーム コーン ブロッコリー こまつな カリフラワー もやし	コンソメ しょうゆ 砂糖 塩 こしょう ケチャップ ソース マヨネーズ 酒		
	ハネーソフト													
	ミルク		○											
	ポークチャップ			○	○		○							
	コーンサラダ			○	○									
	コンソメスープ	○	○	○	○		○							
30 (水)	米飯								ミルク ぶた肉 もずく カニかま かまぼこ	米飯 じゃがいも こんにゃく 麩	にんじん たまねぎ きゅうり グリンピース もやし 土しょうが ほうれん草	だし しょうゆ みりん 砂糖 塩 酢 酒		
	ミルク		○											
	ぶたじゃが			○	○		○							
	きゅうりともずくの酢の物			○	○		○	○						
	すまし汁			○	○		○							
												<b>栄養平均量</b>		637 Kcal 26.4 g 2.3 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、14(月)です。



ご入学、ご進級おめでとうございます。  
好き嫌いをせず、しっかり食べて元気に過ごしましょう。

