



※毎日、おはし・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
14 (火)	レーズンロール		○	○	○					ミルク ベーコン チーズ	レーズンロール サラダ油 オリーブオイル スパゲティ	にんじん たまねぎ えのき マッシュルーム エリンギ ヤングコーン ほうれん草 にんにく	しょうゆ 塩 砂糖 酢 こしょう 中華だし
	ミルク		○										
	ベーコンときのこのペペロンチーノ	○	○	○	○								
	ほうれん草とチーズのサラダ		○	○	○								
15 (水)	ポークカレー			○	○			○	ミルク ぶた肉	米飯 じゃがいも お祝いいちごゼリー 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 サラダ油	コンソメ しょうゆ カレールウ みりん 砂糖 酢 ソース ケチャップ 塩	
	ミルク		○										
	いろどりサラダ			○	○								
	お祝いいちごゼリー				○								
16 (木)	米飯								ミルク 韓国のり とり肉 わかめ	米飯 ごま油	にんじん たまねぎ コーン あげなす えのき	中華だし しょうゆ みりん 砂糖 酒 みそ	
	韓国のり					○							
	ミルク		○										
	とりとなすのみそいため			○	○	○							
中華スープ			○	○	○								
17 (金)	米飯								ミルク とり肉 ツナ	米飯 牛肉コロッケ サラダ油	にんじん 切干だいこん こまつな だいこん ごぼう 青ねぎ	だし しょうゆ みりん 酒 塩 こしょう 中華だし マヨネーズ	
	ミルク		○										
	牛肉コロッケ		○	○	○								
	切干だいこんのサラダ			○	○		○						
	けんちん汁			○	○		○						
20 (月)	親子丼	◎		○	○			○	ミルク 卵 とり肉	米飯 ごま かたくり粉	にんじん たまねぎ 青ねぎ ブロッコリー なめこ えのき	だし しょうゆ みりん 砂糖 みそ	
	ミルク		○										
	ブロッコリーのごまあえ			○	○	○							
	きのこのみそ汁			○	○		○						
21 (火)	山パン		○	○	○				ミルク ぶた肉 ハム チーズ	山パン スパゲティ フルーツゼリー	にんじん たまねぎ ピーマン きゃべつ ホールトマト にんにく	コンソメ しょうゆ ケチャップ 酢 砂糖 マヨネーズ 塩 こしょう	
	ミルク		○										
	ミートスパゲティ			○	○		○						
	シーザーサラダ	◎	○	○	○								
	フルーツゼリー												
		卵	乳	小麦	大豆	ごま	魚介類	落花生	甲殻類				



※毎日、おはし・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 (水)	米飯									ミルク ぶた肉 もずく かまぼこ	米飯 じゃがいも こんにゃく	にんじん たまねぎ グリーンピース きゅうり もやし 土しょうが	だし しょうゆ みりん 砂糖 酢 酒
	ミルク		○										
	ぶたじゃが			○	○		○						
	きゅうりともずくの酢の物			○	○		○						
23 (木)	米飯									ミルク とり肉 油あげ えびボール カニかま	米飯 はるさめ ごま油 ごま	にんじん だいこん しめじ はくさい ニラ もやし 青ねぎ こまつな にんにく 土しょうが	中華だし しょうゆ
	ミルク		○										
	ちゃんこ鍋			○	○	○	○	○					
	こまつなのナムル			○	○	○	○	○					
24 (金)	たっぷりミルクパン	○	○	○	○					ミルク とり肉 ツナ	たっぷりミルクパン じゃがいも サラダ油	にんじん たまねぎ コーン ブロッコリー	コンソメ しょうゆ カレールウ 塩 酒 酢 マヨネーズ
	ミルク		○										
	とりのカレー焼き			○	○								
	コロコロサラダ			○	○		○						
	コンソメスープ			○	○		○						
27 (月)	米飯									ミルク さば わかめ	米飯 こんにゃく	にんじん たまねぎ ごぼう しめじ 三度豆 たけのこ きゃべつ	だし しょうゆ みりん 砂糖 みそ
	ミルク		○										
	さばの塩焼き						○						
	野菜の煮物			○	○		○						
	きゃべつのみそ汁			○	○		○						
28 (火)	味付けパン		○	○						ミルク ウィンナー	味付パン じゃがいも ポテトカップグラタン	にんじん たまねぎ だいこん セロリ ブロッコリー オレンジ	コンソメ しょうゆ みりん 塩 中華だし こしょう
	ミルク		○										
	ポトフ			○	○		○						
	ポテトカップグラタン		○	○	○								
	オレンジ												
											<b>栄養平均量</b>	630 Kcal 25 g 1.7 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(水)です。



ご入学、ご進級おめでとうございます。  
しっかり食べて、元気にすごしましょう。

