

	月	火	水	木	金	
	【1日】 牛乳 ごはん みそ汁 キムチ肉じゃが 和風ごぼうサラダ	【2日】 牛乳 あんかけ焼きそば (焼きそば) パインのゼリー和え				
主食	ごはん	焼きそば				
汁物	高野豆腐 大根 人参	豚肉 人参 もやし 白菜 きくらげ 椎茸 うずら卵 生姜 にんにく ごま油				
主菜	豚肉 じゃがいも 白菜 玉ねぎ 大根 人参 昆布 にら ごま にんにく セラチン					
副菜	ごぼう ごま 大豆油 きゅうり コーン	マスカットゼリー パイン缶詰				
	【8日】 牛乳 ごはん みそ汁 鶏肉のみそマヨ炒め 中華はるさめサラダ	【9日】 牛乳 豆乳ちゃんぽん風ラーメン 揚げいもち (中のみ)アーモンドミニフィッシュ	【10日】 牛乳 鶏そぼろ丼 (ごはん) どさんこ汁 和梨ゼリー	【11日】 牛乳 ごはん みそ汁 白身魚フライ (しょうゆボトル) きんぴらごぼう	【12日】 牛乳 ブランパン パンプキンポタージュ チキンナゲット(ひとり2こ) (ケチャップボトル) ポテトのチーズ煮	
主食	ごはん	ラーメン	ごはん	ごはん	ブランパン	
汁物	豆腐 大根 長ねぎ	豚肉 人参 白菜 もやし コーン かに風味かまぼこ ラード 生姜 セラチン にんにく 豆乳	豆腐 じゃがいも 人参 コーン 長ねぎ バター	油揚げ わかめ もやし	かぼちゃ 玉ねぎ 人参 白いんげん豆 豆乳 米粉	
主菜	鶏肉 玉ねぎ 人参 高野豆腐	いもち	鶏むき肉 高野豆腐 玉ねぎ 生姜	ホキ パン粉 小麦粉	鶏肉 ラード パン粉 大豆 にんにく 小麦粉	
副菜	春雨 レタス きゅうり かに風味かまぼこ	アーモンド カタクチイワシ	なし果汁 寒天	豚肉 ごぼう 人参 こんにゃく	豚ベーコン じゃがいも 玉ねぎ チーズ 菜種油	
	【15日】 牛乳 ごはん みそ汁 じゃがいものごま煮 ちくわのおかか和え	【16日】 牛乳 和風スバゲティ フルーツヨーグルト和え	【17日】 牛乳 やさいひき肉カレーライス (麦入りごはん) カラフルサラダ	【18日】 牛乳 ごはん みそ汁 うまだれチキン(ひとり2こ) たけのこと厚揚げの土佐煮	【19日】 牛乳 コッパパン チョコクリーム オニオンスープ たまコロ フレンチサラダ	
主食	ごはん		ごはん 大麦	ごはん	コッパパン	
汁物	豆腐 白菜	スバゲティ 菜種油 豚肉 高野豆腐 キャベツ 玉ねぎ 人参 えのき茸 生姜	豚むき肉 大豆 じゃがいも 玉ねぎ 人参 コーン いんげん 白いんげん豆 にんにく トマト 米粉	油揚げ じゃがいも キャベツ	豚ウィンナー 玉ねぎ 人参 コーン	
主菜	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 ごま		鶏肉	鶏肉	玉ねぎ かつお油揚げ パン粉 人参 小麦粉	
副菜	もやし 小松菜 ちくわ かつお節	パイン缶詰 黄桃缶詰 みかん缶詰 チーズ ヨーグルト 砂糖	キャベツ 赤ピーマン コーン 枝豆	たけのこ 玉ねぎ 厚揚げ こんにゃく いんげん 菜種油 砂糖 かつお節	キャベツ きゅうり	
	【22日】 牛乳 ごはん みそ汁 豚肉の梅生姜炒め 白菜の塩サラダ	【23日】 牛乳 ちくわ磯辺天うどん ちくわ磯辺天ぷら プチたい焼き	【24日】 牛乳 わかめごはん 豚汁 きたあかりコロケ もやしのごま酢和え	【25日】 牛乳 ごはん フォースープ シューマイ(ひとり2こ) 厚揚げホイコーロー	【26日】 牛乳 黒糖パン ポークシチュー チキンチーズ焼き コーンサラダ	
主食	ごはん	うどん	ごはん わかめ	ごはん	黒糖パン	
汁物	わかめ じゃがいも 人参	豚肉 玉ねぎ ごぼう 人参 白菜 小松菜 椎茸	豚肉 豆腐 ごぼう 人参 大根 白菜 長ねぎ 生姜	鶏肉 フォー にら 人参 もやし	豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ 白いんげん豆 菜種油 小麦粉 トマト 赤ワイン	
主菜	豚肉 玉ねぎ こんにゃく 生姜 ごま 梅肉 かつお節	ちくわ 小麦粉 アオサ	じゃがいも パン粉 小麦粉 玉ねぎ 牛肉	鶏肉 豚肉 玉ねぎ パン粉 玉ねぎ ラード 生姜 大豆粉	鶏肉 パン粉 チーズ 赤ピーマン パセリ	
副菜	白菜 鶏肉	小麦粉 小倉あん	もやし ほうれん草 ごま ごま油	厚揚げ キャベツ 玉ねぎ 人参 ピーマン	レタス コーン	
	【29日】 牛乳 ごはん もやしとえのきの中華スープ 鶏肉のチリソース炒め キャベツと玉ねぎのサラダ	【30日】 牛乳 塩焼きそば フルーツゼリー和え	【31日】 牛乳 チキンカレーライス (麦入りごはん) グリーンサラダ	主 食： 穀類を中心にした献立 主 菜： 肉・魚・卵・豆のメインのおかず 副 菜： 野菜のおかずや果物、デザート 汁 物： みそ汁やスープなどの献立 飲み物： 牛乳やオレンジジュースなど ※材料の都合で、献立の一部を変更する場合があります。 ※献立に含まれるアレルギーの詳細については、学校より配布される「アレルギーを使用した献立表」をご確認ください。必要な場合は学校にお問い合わせください。		
主食	ごはん		ごはん 大麦			
汁物	豚ウィンナー もやし えのき茸 人参 菜種油	焼きそば 豚肉 玉ねぎ 人参 もやし キャベツ イカ	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 白いんげん豆 トマト 米粉 にんにく			
主菜	鶏肉 玉ねぎ いんげん にんにく トマト 唐辛子 ごま油					
副菜	キャベツ ポークハム 玉ねぎ	はちみつレモンゼリー パイン缶詰 ナタデココ	キャベツ 枝豆 きゅうり			