

日 曜	献立名			ちや肉、骨や歯に なる食品	からだの調子を ととのえる食品	熱や力のもとに なる食品	1献立 - kcal	たんぱく質 - g
	主食・パンにつけるもの	牛乳	主菜・副菜					
2月	ごはん		大根のみそ汁 ポークチャップ 枝豆ポテトサラダ	牛乳 油揚げ みそ 豚肉 ハム	にんじん 大根 小松菜 長ねぎ ココナツカ 玉ねぎ ピーマン 枝豆 コーン	米 さとう 油 片栗粉 じゃが芋 ノンエッグマヨネーズ	602	24.4
3火	そばご飯		あじのかぼすソースかけ おかかサラダ 豆乳プリン	牛乳 鶏肉 あじ ハム かつお節 豆乳	にんじん 玉ねぎ コーン いんげん ヨウカ かぼす キャベツ もやし きゅうり	米 油 さとう でんぶん 和風ドレッシング	632	24.1
4水	食パン いちごジャム		肉団子のスープ チーズはんぺんフライ ブロッコリーサラダ	牛乳 肉団子 魚すりみ チーズ たまご ツナ	にんじん 白菜 チンゲンサイ ブロッコリー コーン いちご	パン ジャム 油 小麦粉 パン粉 やまいも ノンエッグマヨネーズコンドレッシング	635	23.7
5木	麦ごはん		チキンカレー 大根ナムル 米粉のクレープ(チョコ)	牛乳 鶏肉 豆乳	にんじん 玉ねぎ ココナツカ 大根 小松菜	米 大麦 じゃが芋 油 小麦粉 ごま油 さとう ごま 米粉	653	27.3
6金	地粉うどん		しめじうどん汁 味噌ポテト(3こ) 磯の香あえ	牛乳 豚肉 油揚げ かまぼこ みそ じゃこ のり	にんじん しめじ 長ねぎ 杉ツバ ヨウカ ほうれん草 もやし 白菜	うどん 油 じゃが芋 小麦粉 さとう	622	23.7
9月	麦ご飯		ビーフンスープ ビビンバの具 春巻き	牛乳 豚肉 鶏肉 たまご みそ	にんじん キャベツ 長ねぎ 杉ツバ ほうれん草 もやし 玉ねぎ 竹の子	米 大麦 ビーフン ごま油 さとう 油 小麦粉 はるさめ	676	23.4
10火	ごはん ふりかけ(おかか)		じゃが芋のみそ汁 ハンバーグ 和風おろしソース 小松菜れんこんサラダ	牛乳 油揚げ みそ わかめ 鶏肉 豚肉 ささみ ひじき かつお節 のり	にんじん 玉ねぎ 大根 小松菜 れんこん	米 じゃが芋 さとう 油 ごまドレッシング(ねりごま)	649	24.4
11水	黒パン		かぼちゃの豆乳スープ 鶏肉のコーンフ레이크焼き レモンドレッシング和え	牛乳 ベーコン 豆乳 鶏肉	にんじん 玉ねぎ かぼちゃ パセリ ココ レモン汁 キャベツ きゅうり コーン	パン オリーブ油 油 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ コーンフ레이크 さとう	628	28.3
12木	ハムコーンピラフ		カレーコロッケ スタミナサラダ いちごのお祝いケーキ	牛乳 ハム 豚肉 たまご 乳製品	にんじん 玉ねぎ コーン パセリ キャベツ レタス きゅうり いちご	米 マーガリン 油 じゃが芋 パン粉 ごま油 さとう 小麦粉	635	21.1
13金	卒業式のため、給食なし							
16月	わかめご飯		厚揚げのみそ炒め 焼き餃子(2こ) からしあえ	牛乳 厚揚げ 豚肉 みそ 鶏肉 わかめ	にんじん 玉ねぎ キャベツ ヨウカ 小松菜 もやし こら	米 さとう 油 片栗粉 小麦粉	624	25.3
17火	ごはん		なすのみそ汁 チキンソースカツ 五目きんぴら	牛乳 油揚げ 豆腐 みそ 鶏肉 豚肉 さつま揚げ	にんじん なす 長ねぎ れんこん ピーマン こんにゃく	米 油 さとう 小麦粉 パン粉 ごま油 ごま	641	28.7
18水	コッパンスライス		ペンネミートソースあえ 菜の花サラダ フルーツクリーム	牛乳 鶏肉 豚肉 乳製品 ツナ	にんじん 玉ねぎ トマト ココ 菜の花 キャベツ コーン パイン もも みかん	パン ペンネマカロニ オリーブ油 油 さとう ホイップクリーム ごま油	615	23.8
19木	ひじきごはん		さばの竜田揚げ ごま和え しらぬい(デコボン)	牛乳 鶏肉 油揚げ ひじき さば みそ	にんじん ごぼう 枝豆 小松菜 白菜 ヨウカ しらぬい(デコボン)	米 さとう 油 でんぶん すりごま ねりごま	607	24.5
23月	麦ご飯		ハヤシシチュー フレンチサラダ オムレツ	牛乳 豚肉 鶏肉 ハム たまご	にんじん 玉ねぎ セロリー マッシュルーム ココ キャベツ きゅうり コーン	米 大麦 じゃが芋 小麦粉 油 さとう フレンチドレッシングコンドレッシング	672	24.7
24火	ごはん		じゃがいものそばろに さわらのコーンマヨやき のりカツオあえ	牛乳 鶏肉 竹輪 鯖 のり カツオブシ	にんじん 玉ねぎ えだまめ コーン 小松菜 白菜 もやし	米 じゃが芋 油 さとう 片栗粉 ノンエッグマヨネーズ	755	32.7
25水	フラワーロール		あんかけ焼きそば いかフライ オレンジゼリー	牛乳 豚肉 うすらの卵 いか	にんじん 玉ねぎ 白菜 オレグノ 杉ツバ ココナツカ オレンジ	パン 中華めん 油 ごま油 さとう 片栗粉 小麦粉 パン粉	790	30.8

*材料等の都合により、献立内容が変更になる場合があります。

