



給食献立表



令和6年

今月の目標：食材の見た目や味、食感など言葉で表現しながら美味しく食べる。

日	曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	木	鶏のスパイス焼き ポテトサラダ 味噌汁	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	鶏もも・ロースハム・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・煮干し	三温糖・じゃがいも・マヨネーズ・米	しょうが・きゅうり・にんじん・りんご スイートコーン・たまねぎ・えのきたけ 大根・こねぎ・カットわかめ・味付けのり
2	金	野菜炒め ししゃも天 味噌汁	スキムミルク きな粉ラスク	豚もも・ししゃも・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・きな粉	米ぬか油・プレミックス粉・食パン マーガリン	キャベツ・たまねぎ・にんじん りょくとうもやし・えのきたけ・西洋かぼちゃ
3	土	卵とじうどん 小松菜のナムル オレンジ	牛乳 せんべい	鶏もも・かつお節・鶏卵・しらす 普通牛乳	干しうどん・ごま油・甘辛せんべい	たまねぎ・えのきたけ・にんじん・こねぎ 乾しいたけ・こまつな・パレンシアオレンジ
5	月	野菜たっぷりドライカレー ヨーグルトサラダ	スキムミルク かぼちゃま	豚ひき肉・だいず・ヨーグルト 脱脂粉乳・鶏卵	薄力粉・米ぬか油・グラニュー糖 ホットケーキミックス・三温糖・有塩バター コーンフレーク	にんじん・たまねぎ・なす・オクラ 干しぶどう・トマト缶詰・きゅうり・りんご バナナ・みかん缶詰・パインアップル缶詰 西洋かぼちゃ
6	火	魚のムニエル ひじきサラダ 味噌汁	スキムミルク ピザトースト	マトウダイ・まぐろ缶詰・油揚げ 麦みそ・脱脂粉乳・プロセスチーズ	マーガリン・薄力粉・マヨネーズ 食パン・ピザソース	きゅうり・りょくとうもやし・ほしひじき にんじん・たまねぎ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・スイートコーン
7	水	親子煮 サラダなます バナナ	スキムミルク キャロットマドレーヌ	鶏もも・蒸しかまぼこ・鶏卵 カニカマ・脱脂粉乳 普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・マヨネーズ 薄力粉・マーガリン・三温糖	にんじん・たまねぎ・えのきたけ・こねぎ 乾しいたけ・大根・きゅうり・みずな・バナナ
8	木	ちくわとひじきの炒り豆腐 きびなごのカレー風味フライ 味噌汁	スキムミルク ミルクラスク	鶏もも・焼き竹輪・木綿豆腐・きびなご 麦みそ・脱脂粉乳・加糖練乳	中ざら糖・米ぬか油・パン粉 塩こしょう・食パン 食塩不使用バター	にんじん・ごぼう・たけのこ・乾しいたけ たまねぎ・えのきたけ・大根・こまつな
9	金	チキンカツ コールスロー 味噌汁	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	鶏もも・鶏卵・ロースハム・油揚げ 麦みそ・脱脂粉乳・煮干し	薄力粉・パン粉・米ぬか油 シーザードレッシング・米	キャベツ・にんじん・きゅうり・りんご スイートコーン・たまねぎ・えのきたけ 西洋かぼちゃ・味付けのり・ワカメ
10	土	皿うどん 中華スープ オレンジ	カルピス せんべい	豚もも・バナメイエビ・蒸しかまぼこ 鶏卵・乳酸菌飲料	中華めん・かたくり粉・米ぬか油 甘辛せんべい	チンゲンサイ・キャベツ・たまねぎ にんじん・りょくとうもやし・乾しいたけ こまつな・えのきたけ・パレンシアオレンジ
13	火	五目そうめん がね りんご	麦茶 せんべい	焼き竹輪・鶏卵	そうめん・ひやむぎ・さつまいも プレミックス粉・米ぬか油 甘辛せんべい	きゅうり・トマト・カットわかめ・西洋かぼちゃ にんじん・りんご
14	水	ハヤシライス マカロニサラダ	麦茶 クッキー	牛もも・鶏もも肉・鶏卵	米ぬか油・三温糖・マカロニ・スパゲッティ マヨネーズ・クッキー	たまねぎ・ぶなしめじ・トマト缶詰 グリーンピース・きゅうり・にんじん・干しぶどう
15	木	豆腐の五目煮 酢の物 そうめん汁	麦茶 ソフトビスケット	鶏ひき肉・木綿豆腐・鶏卵	かたくり粉・米ぬか油・緑豆はるさめ 三温糖・そうめん・ビスケット	にんじん・たまねぎ・えのきたけ たけのこ水煮・こねぎ・カットわかめ きゅうり・なつみかん缶詰
16	金	高野豆腐の卵とじ ちくわ天 ピーマン昆布	スキムミルク せんべい	鶏ひき肉・鶏卵・高野豆腐・焼き竹輪 脱脂粉乳	中ざら糖・米ぬか油・甘辛せんべい	キャベツ・にんじん・りょくとうもやし えのきたけ・こねぎ・たまねぎ・青ピーマン 塩昆布
17	土	スパゲティーナポリタン 野菜サラダ 卵スープ	牛乳 せんべい	鶏もも肉 カニカマ・鶏卵・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・米ぬか油 甘辛せんべい	たまねぎ・マッシュルーム・青ピーマン トマト缶詰・ブロッコリー・りんご・きゅうり にんじん・カットわかめ
19	月	魚の野菜あんかけ 納豆ほうれん草 味噌汁	スキムミルク クッキークロワッサン	まがれい・しらす干し・糸引き納豆 麦みそ・脱脂粉乳	かたくり粉・米ぬか油・クロワッサン	にんじん・えのきたけ・りょくとうもやし こまつな・たまねぎ・乾しいたけ たけのこ水煮・ほうれん草 西洋かぼちゃ・はくさい
20	火	おからハンバーグ ブロッコリーサラダ ワカメスープ	スキムミルク ホイップジャムパン	豚ひき肉・おから・普通牛乳 カニカマ・鶏卵・脱脂粉乳 ホイップクリーム	ロールパン・いちごジャム	たまねぎ・にんじん・青ピーマン ブロッコリー・りんご・きゅうり・カットわかめ えのきたけ
21	水	五目野菜の中華煮 納豆 ほうれん草と卵のスープ オレンジ	スキムミルク かぼちゃケーキ	豚もも・バナメイエビ・蒸しかまぼこ 糸引き納豆・鶏卵・脱脂粉乳 普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・ホットケーキミックス 三温糖・有塩バター	はくさい・たまねぎ・にんじん・チンゲンサイ 乾しいたけ・たけのこ・ほうれん草 えのきたけ・パレンシアオレンジ 西洋かぼちゃ
22	木	【誕生会】 鮭チャーハン 鶏のカレー風味揚げ 夏野菜サラダ 野菜スープ りんご	カルピス ビスケット	ペにぎげ・鶏卵・鶏もも 乳酸菌飲料	米ぬか油・米・かたくり粉・ビスケット	たまねぎ・ほんしめじ・レタス・みずな きゅうり・にんじん・ミニトマト・カットわかめ キャベツ・りょくとうもやし・えのきたけ スイートコーン・りんご
23	金	白身魚のピザ風焼き ほうれん草ともやしナムル 味噌汁	スキムミルク 豆腐ドーナツ	まがれい・パルメザンチーズ・油揚げ 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵・木綿豆腐 普通牛乳	塩こしょう・ごま油・ごま・薄力粉 米ぬか油	たまねぎ・パセリ・ほうれん草 りょくとうもやし・にんじん・えのきたけ・大根 こまつな
24	土	塩ラーメン 人参しりしり りんご	牛乳 せんべい	豚もも・焼き竹輪・鶏卵・木綿豆腐 普通牛乳	中華めん・米ぬか油・ごま油 甘辛せんべい	たまねぎ・キャベツ・にんじん りょくとうもやし・にら・りんご
26	月	麻婆豆腐 春巻き バナナ	スキムミルク ウインナー蒸しパン	鶏ひき肉・木綿豆腐・脱脂粉乳・鶏卵 ウインナーソーセージ プロセスチーズ	かたくり粉・ごま油・薄力粉	たまねぎ・にんじん・こねぎ・乾しいたけ しょうが・バナナ
27	火	ガリバタチキン じゃこサラダ 味噌汁	スキムミルク 人参ケーキ	鶏もも・しらす干し・木綿豆腐・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵	有塩バター・三温糖・かたくり粉 塩こしょう・じゃがいも・米ぬか油 グラニュー糖・強力粉	にんにく・きゅうり・にんじん・キャベツ スイートコーン・トマト・わかめ・たまねぎ こまつな
28	水	牛肉と春雨炒め 納豆ほうれん草 味噌汁	スキムミルク たまごサンド	牛もも・しらす干し・糸引き納豆 麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵	緑豆はるさめ・三温糖・米ぬか油 食パン・マーガリン・マヨネーズ	にら・たけのこ水煮・にんじん ほうれん草・えのきたけ・西洋かぼちゃ たまねぎ・キャベツ
29	木	夏野菜カレー キャベツサラダ	スキムミルク 丸ぼうろ	豚ひき肉・かつお缶詰・脱脂粉乳 鶏卵	じゃがいも・米ぬか油・薄力粉 はちみつ・黒砂糖・重曹	なす・西洋かぼちゃ・オクラ・トマト にんじん・たまねぎ・しょうが・にんにく キャベツ・きゅうり・りんご・スイートコーン
30	金	あじの塩焼き 酢の物 さつま汁	スキムミルク サーターアンダギー	まあじ・鶏もも・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵	緑豆はるさめ・車糖・じゃがいも 薄力粉・黒砂糖	カットわかめ・きゅうり・なつみかん缶詰 大根・にんじん・たまねぎ・こまつな
31	土	焼きそば ワンタンスープ りんご	牛乳 せんべい	豚もも・焼き竹輪・普通牛乳	中華めん・米ぬか油・ぎょうざの皮 ごま油・甘辛せんべい	キャベツ・たまねぎ・にんじん りょくとうもやし・たけのこ水煮 乾しいたけ・こまつな・りんご

(※ このマークの日はご飯はいりません)