



# 給食献立表



令和6年 今月の目標 : 食事のマナーを知り、友達と美味しく食べる。

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	
2	月	八宝菜 パンパンジー バナナ	スキムミルク カルピス蒸しパン	豚もも・かまぼこ・鶏もも 脱脂粉乳・カルピス・鶏卵・普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・車糖 薄力粉	はくさい・たまねぎ・たけのこ水煮 にんじん・チンゲンサイ・りよくとうもやし えのきたけ・きゅうり・バナナ	
3	火	松風焼き 野菜きんぴら 味噌汁	スキムミルク うどんかりんとう	鶏ひき肉・鶏卵・麦みそ・しらす干し 木綿豆腐・脱脂粉乳	パン粉・三温糖・ごま・ごま・ごま油 じゃがいも・黒砂糖・うどん	たまねぎ・にんじん・こねぎ・ごぼう にんじん・大根・れんこん・たけのこ わかめ・こまつな	
4	水	カレー風肉じゃが 酢の物 味噌汁	スキムミルク ミニアメリカンドッグ	豚もも・ロースハム・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳 魚肉ソーセージ	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 三温糖・ホットケーキミックス じゃかりこチーズ	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・はくさい きゅうり・えのきたけ・西洋かぼちゃ	
5	木	鱈の塩焼き サラダなます ほうれん草スープ バナナ	スキムミルク コーンマヨネーズトースト	鱈・カニカマ・鶏卵 脱脂粉乳・ベーコン	三温糖・食パン・マヨネーズ	大根・にんじん・きゅうり・ほうれんそう えのきたけ・バナナ・にんじん・たまねぎ スイートコーン	
6	金	ミートボールのケチャップ煮 ブロッコリーサラダ たまごスープ	スキムミルク おほかおにぎり 炒りいりこ	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 ささみ・脱脂粉乳 かつお節・煮干し	三温糖・米 	たまねぎ・キャベツ・トマトジュース トマト・ブロッコリー・りんご・きゅうり にんじん・カットわかめ・味付けのり 塩昆布	
7	土	天ぷらうどん 切干し大根サラダ オレンジ	牛乳 せんべい	鶏もも・ブラックタイガー・かつお節 かまぼこ・まぐろ缶・ロースハム 普通牛乳	プレミックス粉・米ぬか油・干しうどん マヨネーズ・せんべい	こねぎ・乾しいたけ・切干しだいこん にんじん・きゅうり・パレンシアオレンジ	
9	月	具だくさんのひじきの煮物 納豆 味噌汁	スキムミルク フライドポテト	だいず・油揚げ・焼き竹輪・鶏もも 糸引き納豆・麦みそ・脱脂粉乳	中ざら糖・フライドポテト・米ぬか油	ほしひじき・にんじん・れんこん 乾しいたけ・ごぼう・たまねぎ・えのきたけ 西洋かぼちゃ	
10	火	ミラノ風カツレツ キャベツサラダ 中華スープ	スキムミルク おからケーキ	豚ヒレ・鶏卵・バルメザンチーズ かつお節・脱脂粉乳・おから	薄力粉・パン粉・米ぬか油・三温糖 マーガリン・ホットケーキミックス	パセリ・キャベツ・きゅうり・りんご スイートコーン・たまねぎ・にんじん こまつな・えのきたけ	
11	水	春雨と肉団子のスープ煮 きびなごのサクサク揚げ ピーマン昆布	スキムミルク 黒糖ふくれ菓子	木綿豆腐・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳	緑豆はるさめ・米ぬか油 きびなごのサクサク揚げ・中力粉 黒砂糖・はちみつ・重曹	はくさい・たまねぎ・にんじん・こねぎ 乾しいたけ・たけのこ・青ピーマン・塩昆布	
12	木	魚フライ ほうれん草と人参のナムル 味噌汁	スキムミルク きな粉トースト	まあじ・鶏卵・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・きな粉	薄力粉・パン粉・米ぬか油・ごま じゃがいも・食パン・バター・三温糖	ほうれんそう・にんじん・わかめ・たまねぎ えのきたけ	
13	金	チーズハンバーグ ブロッコリーの胡麻和え 卵スープ	スキムミルク 焼きおにぎり	豚ひき肉・鶏卵・木綿豆腐 プロセスチーズ・普通牛乳・脱脂粉乳 かつお節	パン粉・ごま・米	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー カットわかめ	
14	土	卵とじにゅうめん ほうれん草の酢和え オレンジ	牛乳 せんべい	鶏もも・かまぼこ・かつお節・鶏卵 普通牛乳	手延そうめん・ひやむぎ・三温糖・ごま せんべい	たまねぎ・えのきたけ・こねぎ・にんじん 乾しいたけ・ほうれんそう・りよくとうもやし パレンシアオレンジ	
17	火	魚のみぞれ煮 野菜きんぴら 味噌汁	スキムミルク お月見団子・みたらし	まさば・しらす干し・麦みそ・脱脂粉乳 木綿豆腐	中ざら糖・米ぬか油・ごま油・三温糖 ごま・上新粉・白玉粉・かたくり粉	大根・ごぼう・にんじん・れんこん・たけのこ えのきたけ・たまねぎ・こまつな 西洋かぼちゃ	
18	水	牛肉とゴボウの炒め煮 酢の物 味噌汁 バナナ	スキムミルク キャロットマドレーヌ	牛もも・油揚げ・麦みそ・脱脂粉乳 鶏卵・普通牛乳	三温糖・米ぬか油・緑豆はるさめ ホットケーキミックス・マーガリン	ごぼう・ぶなしめじ・にんじん・たまねぎ カットわかめ・きゅうり・なつみかん缶詰 えのきたけ・大根・こねぎ・バナナ	
19	木	トンテキ じゃこサラダ 中華スープ	スキムミルク お麩のラスク	豚ロース・しらす干し・鶏卵 脱脂粉乳	三温糖・焼きふ・三温糖・バター	にんにく・きゅうり・にんじん・キャベツ スイートコーン・たまねぎ・こまつな えのきたけ	
20	金	ポークカレー コールスロー	スキムミルク フレンチトースト	豚もも・ロースハム・脱脂粉乳 普通牛乳・鶏卵	じゃがいも・米ぬか油 シーザードレッシング・食パン・三温糖 バター	たまねぎ・にんじん・ほうれんそう・りんご スイートコーン・にんにく・しょうが キャベツ・にんじん・きゅうり	
21	土	冷やしうどん 人参しりしり りんご	ヤクルト クッキー	焼き豚・鶏卵・木綿豆腐・乳酸菌飲料	干しうどん・ごま油・クッキー	きゅうり・トマト・にんじん・りよくとうもやし にら・りんご	
24	火	【誕生会】 チキンライス 鶏の唐揚げ 卵サラダ 野菜スープ オレンジ	カルピス サブレ	ウインナー・鶏もも・鶏卵 ささみ・乳酸菌飲料 	三温糖・米・かたくり粉・じゃがいも マヨネーズ・サブレ	たまねぎ・にんじん・ほんしめじ・きゅうり キャベツ・りよくとうもやし・えのきたけ スイートコーン・パレンシアオレンジ	
25	水	切干し大根の煮物 納豆ほうれん草 味噌汁 バナナ	スキムミルク チーズトースト	牛もも・しらす干し・糸引き納豆 麦みそ・脱脂粉乳・プロセスチーズ	三温糖・米ぬか油・食パン・マヨネーズ	切干しだいこん・たまねぎ・にんじん 根深ねぎ・えのきたけ・乾しいたけ ほうれんそう・大根・こまつな・バナナ	
26	木	ひじきハンバーグ カボチャサラダ 味噌汁	麦茶 フルーチェ	豚ひき肉・おから・普通牛乳 プロセスチーズ・麦みそ	マヨネーズ・フルーチェ	たまねぎ・にんじん・ほしひじき 青ピーマン・西洋かぼちゃ・きゅうり 干しぶどう・こねぎ・えのきたけ	
27	金	魚の竜田揚げ 大豆とひじきのサラダ ワカメスープ	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	まさば・だいず・鶏卵・脱脂粉乳 煮干し	かたくり粉・米ぬか油・マヨネーズ ごま油・米・わかめご飯の素	ほしひじき・きゅうり・にんじん・トマト たまねぎ・カットわかめ・えのきたけ 味付けのり	
28	土	【 運動会 】 					
30	月	大豆の五目煮 カボチャコロッケ ほうれん草ともやしナムル	スキムミルク レモンケーキ	鶏もも・かまぼこ・だいず 脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	中ざら糖・米ぬか油・コロッケ・ごま油 ごま・薄力粉・マーガリン・三温糖	にんじん・ごぼう・たけのこ・乾しいたけ ほうれんそう・りよくとうもやし・レモン	

(※ このマークの日はご飯はいりません)