



給食献立表



令和7年

今月の目標 : 伝統料理を知り、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
4	土	肉うどん 人参しりしりりんご	牛乳 せんべい	牛もも・かつお節・蒸しかまぼこ・鶏卵 木綿豆腐・普通牛乳	干しうどん・ごま油・甘辛せんべい	たまねぎ・乾しいたけ・こねぎ・にんじん りょくとうもやし・にら・りんご
6	月	冬野菜のカレー ヨーグルトサラダ	スキムミルク マドレーヌ	豚もも・ヨーグルト・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳	米ぬか油・グラニュー糖 ホットケーキミックス・バター・三温糖	大根・西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん ほうれんそう・りんご・きゅうり・バナナ みかん缶・パイナップル缶
7	火	大豆とひじきの炒め物 えび焼売 三色ナムル	スキムミルク 七草粥	鶏もも・だいず・しゅうまい・脱脂粉乳 油揚げ	中ざら糖・米ぬか油・ごま・ごま油・米	にんじん・ごぼう・たけのこ・ほしひじき 乾しいたけ・ほうれんそう・りょくとうもやし 大根・かぶ・せり・なずな
8	水	牛肉と春雨炒め ししゃも天 味噌汁 りんご	スキムミルク シュガートースト	牛もも・ししゃも・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳	緑豆はるさめ・三温糖・米ぬか油 プレミックス粉・食パン・グラニュー糖 マーガリン	にら・たけのこ水煮・にんじん たまねぎ・えのきたけ・西洋かぼちゃ りんご
9	木	ミートボールのケチャップ煮 ブロッコリーサラダ 中華スープ	スキムミルク レモンケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵 かに風味かまぼこ・脱脂粉乳 普通牛乳	三温糖・薄力粉・バター	たまねぎ・キャベツ・トマトジュース トマト缶・ブロッコリー・りんご・きゅうり にんじん・こまつな・えのきたけ・レモン
10	金	魚の照り焼き ほうれん草サラダ 味噌汁 バナナ	スキムミルク おにぎり 炒りいりこ	ぶり・ささ身・麦みそ・脱脂粉乳 煮干し	マヨネーズ・米・わかめご飯の素	ほうれんそう・にんじん・スイートコーン えのきたけ・西洋かぼちゃ・たまねぎ はくさい・バナナ・味付けのり
11	土	五目ラーメン チーズはんぺんフライ 塩昆布和え オレンジ	ヤクルト せんべい	豚もも・乳酸菌飲料	蒸し中華めん チーズはんぺんフライ・米ぬか油 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・スイートコーン・塩昆布 大根・きゅうり・パレンシアオレンジ
14	火	五目野菜の中華煮 きびなごの香り揚げ バナナ	スキムミルク 黒糖蒸しパン	豚もも・ブラックタイガー 蒸しかまぼこ・うずら卵 きびなご・脱脂粉乳・鶏卵・普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・プレミックス粉 薄力粉・黒砂糖	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・あおのり・バナナ
15	水	鶏の竜田揚げ コールスロー 野菜と春雨の中華スープ	スキムミルク 小倉ケーキ	鶏もも・ロースハム・豚もも 蒸しかまぼこ・脱脂粉乳・鶏卵 小豆・普通牛乳	かたくり粉・シーザードレッシング 緑豆はるさめ・薄力粉・三温糖 米ぬか油	キャベツ・にんじん・きゅうり・りんご スイートコーン・はくさい・たまねぎ・こねぎ 乾しいたけ
16	木	魚の揚げ煮 中華春雨サラダ 味噌汁 オレンジ	スキムミルク ミルクラスク	ごまさば・ロースハム・鶏卵 木綿豆腐・麦みそ・脱脂粉乳 加糖練乳	かたくり粉・薄力粉・米ぬか油 中ざら糖・緑豆はるさめ・三温糖・ごま油 じゃがいも・食パン バター	きゅうり・にんじん・わかめ・たまねぎ パレンシアオレンジ
17	金	魚のムニエル 三色ナムル かみなり汁	スキムミルク ヨーグルトケーキ	ぎんざけ・木綿豆腐・油揚げ・麦みそ 脱脂粉乳・鶏卵・ヨーグルト	バター・薄力粉・ごま・ごま油 さといも・三温糖・ホットケーキミックス	ほうれんそう・にんじん・りょくとうもやし 大根・根深ねぎ・ごぼう
18	土	ちゃんぽん 納豆ほうれん草 りんご	牛乳 甘辛せんべい	豚もも・バナメイエビ 蒸しかまぼこ・しらす干し 糸引き納豆・普通牛乳	中華めん・米ぬか油・甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・キャベツ りょくとうもやし・こねぎ・スイートコーン 乾しいたけ・ほうれんそう・りんご
20	月	ジャーマンポテト 海藻サラダ ほうれん草と卵のスープ	スキムミルク マカロニあべかわ	豚もも・鶏卵・かに風味かまぼこ 脱脂粉乳・きな粉	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 マカロニ・スパゲッティ・黒砂糖	たまねぎ・にんじん・グリーンピース・レタス きゅうり・カットわかめ・ほうれんそう えのきたけ
21	火	かぼちゃのシチュー パンパンジー パナナ	スキムミルク サーターアンダギー	ベーコン・普通牛乳・鶏もも 脱脂粉乳・鶏卵	さつまいも・米ぬか油 薄力粉・黒砂糖	西洋かぼちゃ・たまねぎ・にんじん グリーンピース・りょくとうもやし・きゅうり バナナ
22	水	【誕生会】 炊き込みご飯 味噌汁 鶏のオレンジ焼き チップスサラダ イチゴ	麦茶 ヨーグルト	鶏むね・蒸しかまぼこ・油揚げ 麦みそ・鶏もも・ヨーグルト	米・マーメレード・ポテトチップス	にんじん・ごぼう・乾しいたけ・たまねぎ えのきたけ・大根・こねぎ・カットわかめ にんにく・きゅうり・スイートコーン・レタス いちご
23	木	チーズハンバーグ ブロッコリー 野菜スープ	スキムミルク さつま芋スティック	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	パン粉・さつまいも・グラニュー糖 米ぬか油	たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・キャベツ りょくとうもやし・えのきたけ・スイートコーン缶詰
24	金	筑前煮 ごまキャベツ オレンジ	スキムミルク ジャムパン	鶏もも・厚揚げ・うずら卵 焼き竹輪・脱脂粉乳	じゃがいも・中ざら糖・米ぬか油 三温糖・ごま・コッペパン・いちごジャム	にんじん・大根・たけのこ・ごぼう 乾しいたけ・キャベツ・きゅうり パレンシアオレンジ
25	土	スパゲティミートソース 卵サラダ りんご	牛乳 せんべい	豚ひき肉・粉チーズ・鶏卵 ロースハム・普通牛乳	マカロニ・スパゲッティ・米ぬか油・薄力粉 じゃがいも・マヨネーズ 甘辛せんべい	にんじん・たまねぎ・グリーンピース・きゅうり りんご
27	月	高野豆腐の卵とじ ちくわ天 ほうれん草と人参の胡麻和え	スキムミルク ミニ肉まん	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・ごま 中華まんじゅう	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・ほうれんそう
28	火	味噌煮込みおでん 納豆 バナナ	スキムミルク さつま芋の甘納豆	焼き竹輪・ウインナー うずら卵・麦みそ 糸引き納豆・脱脂粉乳	じゃがいも・中ざら糖・さつまいも グラニュー糖	大根・にんじん・乾しいたけ・だし昆布 バナナ
29	水	鶏のパン粉焼き ポテトサラダ 卵スープ	スキムミルク きな粉ドーナツ	鶏もも・パルメザンチーズ・鶏卵 ロースハム・脱脂粉乳・木綿豆腐 普通牛乳・きな粉	薄力粉・パン粉・米ぬか油 じゃがいも・マヨネーズ・薄力粉 グラニュー糖	きゅうり・にんじん・りんご・スイートコーン たまねぎ・カットわかめ
30	木	魚の野菜あんかけ 酢の物 味噌汁 オレンジ	スキムミルク かぼちゃ蒸しケーキ	まがれい・麦みそ・脱脂粉乳・鶏卵 普通牛乳	かたくり粉・米ぬか油・緑豆はるさめ 三温糖・ホットケーキミックス・バター	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・カットわかめ・きゅうり なつみかん缶・大根 パレンシアオレンジ・西洋かぼちゃ
31	金	ひれかつ 人参サラダ ワカメスープ	スキムミルク コーンマヨネーズトースト	豚ヒレ・鶏卵・かつおフレーク・脱脂粉乳 ベーコン	薄力粉・パン粉・米ぬか油 マヨネーズ・食パン	にんじん・きゅうり・たまねぎ・カットわかめ えのきたけ・スイートコーン缶

(※ このマークの日はご飯はいりません)