
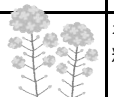





日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
1(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	牛乳 煮込みうどん	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,うどん	たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
3(月)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	牛乳 りんご さつまいものおやき	牛乳,牛肉,凍り豆腐,ひじき	米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油	人参,たまねぎ,小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
4(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 はっさく お好みおやき	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	たまねぎ,キャベツ,人参,小松菜,はっさく	だし昆布,しょうゆ
5(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご おじや	牛乳,牛肉,凍り豆腐	米,三温糖	切干し大根,ほうれん草,はくさい,人参,りんご,たまねぎ	だし昆布,しょうゆ,塩
6(木)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 きざみ煮	牛乳 りんご じゃがいものおやき	牛乳,凍り豆腐	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	はくさい,人参,きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
7(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 いよかん 煮込みうどん	牛乳,白身魚	米,三温糖,うどん	ほうれん草,人参,たまねぎ,大根,伊予かん,はくさい	だし昆布,しょうゆ,塩
8(土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 はっさく	牛乳 おじや	牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,ほうれん草,人参,はっさく	だし昆布,しょうゆ 
10(月)	牛乳	軟飯 煮魚 味噌汁	牛乳 いちご だいこんのお焼き	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	大根,ほうれん草,人参,苺	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
11(火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご 芋粥	牛乳,豚ヒレ肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,キャベツ,きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ
12(水)	牛乳	軟飯 ポークビーンズ風 柔らか煮	牛乳 デコポン おじや	牛乳,豚肉,凍り豆腐,だいず	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,はくさい,人参,デコポン	だし昆布,しょうゆ,塩
13(木)	牛乳	軟飯 柔らか煮 煮浸し	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	たまねぎ,人参,はくさい,キャベツ,きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ
14(金)	牛乳	軟飯 旨煮 柔らか煮	牛乳 いちご じゃがいものおやき	牛乳,白身魚 	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	キャベツ,人参,ほうれん草,苺	だし昆布,しょうゆ,塩
15(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	牛乳 煮込みうどん	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,うどん	たまねぎ,人参,ほうれん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩

日付	10時	給食	3時	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他
17(月)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	牛乳 りんご さつまいものおやき	牛乳,牛肉,凍り豆腐,ひじき	米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油	人参,たまねぎ,小松菜,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
18(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 いよかん 煮込みうどん	牛乳,白身魚	米,三温糖,うどん	ほうれん草,人参,たまねぎ,大根,伊予かん,はくさい	だし昆布,しょうゆ,塩
19(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご おじや	牛乳,牛肉,凍り豆腐	米,三温糖	切干し大根,ほうれん草,はくさい,人参,りんご,たまねぎ	だし昆布,しょうゆ,塩
21(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 はっさく お好みおやき	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	たまねぎ,キャベツ,人参,小松菜,はっさく	だし昆布,しょうゆ
22(土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 はっさく	牛乳 おじや	牛乳,鶏ひき肉,凍り豆腐	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,ほうれん草,人参,はっさく	だし昆布,しょうゆ
24(月)	牛乳	軟飯 煮魚 味噌汁	牛乳 いちご だいこんのお焼き	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	大根,ほうれん草,人参,苺	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
25(火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご おじや	牛乳,牛肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ,きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ
26(水)	牛乳	軟飯 ポークビーンズ風 柔らか煮	牛乳 デコポン おじや 	牛乳,豚肉,凍り豆腐,だいず	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,はくさい,人参,デコポン	だし昆布,しょうゆ,塩
27(木)	牛乳	軟飯 旨煮 柔らか煮	牛乳 いちご じゃがいものおやき	牛乳,白身魚	米,三温糖,じゃがいも,片栗粉,サラダ油	キャベツ,人参,ほうれん草,苺	だし昆布,しょうゆ,塩
28(金)	牛乳	軟飯 柔らか煮 煮浸し	りんご おじや 牛乳	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,三温糖	たまねぎ,人参,はくさい,キャベツ,きゅうり,りんご	だし昆布,しょうゆ
29(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,チンゲンツアイ,りんご	だし昆布,しょうゆ
31(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 いよかん じゃがいものおやき	牛乳,豚肉,凍り豆腐	米,じゃがいも,三温糖,片栗粉,サラダ油 	人参,たまねぎ,キャベツ,小松菜,伊予かん	だし昆布,しょうゆ,塩 

月平均栄養価 エネルギー 425kcal たんぱく質 16.7g 脂質 10.8g

*献立は諸事情により、変更することがあります。