

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
5(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	りんご おじや 牛乳	牛乳,牛肉	米,三温糖	ほうれん草,人参,たまねぎ, キャベツ,りんご	だし昆布,しょうゆ
6(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん 煮込みうどん 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖,うどん	はくさい,たまねぎ,人参,小松 菜,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
7(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,豚肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,大根,キャベツ,きゅ うり,人参,みかん,はくさい	だし昆布,しょうゆ
8(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ,みか ん	だし昆布,しょうゆ
9(金)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき 牛乳	牛乳,鶏肉	米,三温糖,さつまいも,片栗 粉,サラダ油	大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
10(土)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	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
13(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	みかん おじや 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,小松菜, みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
14(水)	牛乳	軟飯 そばろ煮 味噌汁	みかん おじや 牛乳	牛乳,鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉	人参,はくさい,ほうれん草,大 根,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌
15(木)	牛乳	のりごはん 旨煮 味噌汁	りんご おじや 牛乳	牛乳,きざみのり,鶏肉,(絹)豆 腐	米,三温糖	人参,キャベツ,たまねぎ,ほう れん草,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白 味噌,塩
16(金)	牛乳	軟飯 味噌煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き 牛乳	牛乳,豚肉	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	大根,人参,キャベツ,きゅうり, みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌
17(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ
19(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	りんご おじや 牛乳	牛乳,牛肉	米,三温糖	ほうれん草,人参,たまねぎ, キャベツ,りんご	だし昆布,しょうゆ

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
20(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	みかん 煮込みうどん 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖,うどん	はくさい,たまねぎ,人参,小松菜,みかん	だし昆布,しょうゆ,塩
21(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,豚肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,大根,キャベツ,きゅうり,人参,みかん,はくさい	だし昆布,しょうゆ
22(木)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	みかん おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	米,じゃがいも,三温糖	たまねぎ,人参,キャベツ,みかん	だし昆布,しょうゆ
23(金)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	りんご さつまいものおやき 牛乳	牛乳,鶏肉	米,三温糖,さつまいも,片栗粉,サラダ油	大根,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
24(土)	牛乳	軟飯 野菜の旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	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
26(月)	牛乳	鮭ごはん 旨煮 きざみ煮	りんご おじや 牛乳	牛乳,銀鮭,鶏肉	米,三温糖,さつまいも	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ,塩
27(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の味噌汁	みかん おじや 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖	大根,たまねぎ,人参,小松菜,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
28(水)	牛乳	軟飯 そばろ煮 味噌汁	みかん おじや 牛乳	牛乳,鶏ひき肉	米,三温糖,片栗粉	人参,はくさい,ほうれん草,大根,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌
29(木)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	りんご スープ煮(はるさめ) 牛乳	牛乳,白身魚	米,三温糖,はるさめ	はくさい,きゅうり,ほうれん草,人参,たまねぎ,りんご	だし昆布,しょうゆ,赤味噌,白味噌,塩
30(金)	牛乳	軟飯 味噌煮 煮浸し	みかん だいこんのお焼き 牛乳	牛乳,豚肉	米,三温糖,片栗粉,サラダ油	大根,人参,キャベツ,きゅうり,みかん	だし昆布,しょうゆ,赤味噌
31(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	おじや 牛乳	牛乳,鶏肉	米,さつまいも,三温糖	たまねぎ,人参,りんご	だし昆布,しょうゆ

月平均栄養価 エネルギー 436kcal たんぱく質 16.5g 脂質 11.2g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

