

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
2(月)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	牛乳 デコポン おじゃ	牛乳, 豚肉	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
3(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 りんご 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, りんご	だし昆布, しょうゆ 
4(水)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	牛乳 いちご さつまいものおやき	牛乳, 牛肉, 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, ほうれん 草, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌
5(木)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 きざみ煮きゅうり	牛乳 りんご おじゃ	牛乳, 凍り豆腐	米, 三温糖	はくさい, 人参, きゅうり, りんご	だし昆布, しょうゆ
6(金)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 はっさく おじゃ	牛乳, 白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, 人参, たまね ぎ, 大根, はっさく	だし昆布, しょうゆ
7(土)	牛乳	軟飯 そば煮 りんご	牛乳 おじゃ	牛乳, 鶏ひき肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, ほうれん草, 人 参, りんご	だし昆布, しょうゆ
9(月)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	牛乳 いちご 煮込みうどん	牛乳, 白身魚	米, 三温糖, うどん	大根, ほうれん草, たまね ぎ, 人参, 苺, はくさい	だし昆布, しょうゆ, 赤味 噌, 白味噌, 塩
10(火)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 煮浸し	牛乳 はっさく じゃがいものおやき	牛乳, 凍り豆腐	米, じゃがいも, 三温糖, 片 栗粉, サラダ油	たまねぎ, 人参, キャベツ, きゅうり, はっさく	だし昆布, しょうゆ, 塩
11(水)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご スープ煮	牛乳, 牛肉	米, はるさめ	ほうれん草, 人参, はくさ い, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
12(木)	牛乳	軟飯 柔か煮 煮浸し	牛乳 りんご おじゃ	牛乳, 豚肉	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
13(金)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	牛乳 いよかん おじゃ	牛乳, 白身魚	米, 三温糖, じゃがいも	キャベツ, 人参, ほうれん 草, 伊予かん	だし昆布, しょうゆ
14(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	牛乳 おじゃ	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
16(月)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	牛乳 デコポン おじゃ	牛乳, 豚肉	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

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(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 りんご お好みおやき	牛乳, 白身魚	米, 三温糖, ジャガイモ, 片栗粉, サラダ油	たまねぎ, キャベツ, 人参, 小松菜, りんご	だし昆布, しょうゆ
18(水)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	牛乳 いちご さつまいものおやき	牛乳, 牛肉, 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, ほうれん草, 苺	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
19(木)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 野菜の旨煮	牛乳 はっさく おじゃ	牛乳, 白身魚	米, 三温糖	ほうれん草, 人参, たまねぎ, 大根, はっさく	だし昆布, しょうゆ
21(土)	牛乳	軟飯 そばろ煮 りんご	牛乳 おじゃ	牛乳, 鶏ひき肉	米, さつまいも, 三温糖	たまねぎ, ほうれん草, 人参, りんご	だし昆布, しょうゆ
23(月)	牛乳	軟飯 柔か煮 煮浸し	牛乳 りんご おじゃ	牛乳, 豚肉	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
24(火)	牛乳	軟飯 白身魚の煮付け 味噌汁	牛乳 いちご 煮込みうどん	牛乳, 白身魚	米, 三温糖, うどん	大根, ほうれん草, たまねぎ, 人参, 苺, はくさい	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌, 塩
25(水)	牛乳	軟飯 高野豆腐の旨煮 煮浸し	牛乳 はっさく ジャガイモのおやき	牛乳, 凍り豆腐 	米, ジャガイモ, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	たまねぎ, 人参, キャベツ, きゅうり, はっさく	だし昆布, しょうゆ, 塩
26(木)	牛乳	軟飯 旨煮 味噌汁	牛乳 りんご おじゃ	牛乳, 牛肉	米, 三温糖, 片栗粉, ジャガイモ	人参, たまねぎ, ほうれん草, キャベツ, りんご	だし昆布, しょうゆ, 赤味噌, 白味噌
27(金)	牛乳	軟飯 旨煮 柔か煮	牛乳 いよかん おじゃ	牛乳, 白身魚	米, 三温糖, ジャガイモ	キャベツ, 人参, ほうれん草, 伊予かん	だし昆布, しょうゆ
28(土)	牛乳	軟飯 旨煮 りんご	牛乳 おじゃ	牛乳, 鶏肉	米, ジャガイモ, 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
30(月)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 りんご スープ煮	牛乳, 牛肉	米, はるさめ	ほうれん草, 人参, はくさい, りんご	だし昆布, しょうゆ, 塩
31(火)	牛乳	軟飯 旨煮 煮浸し	牛乳 デコボン ジャガイモのおやき	牛乳, 豚肉	米, ジャガイモ, 三温糖, 片栗粉, サラダ油	人参, たまねぎ, キャベツ, 小松菜, デコボン	だし昆布, しょうゆ, 塩

月平均栄養価 エネルギー 422kcal たんぱく質 16.4g 脂質 11.0g

*献立は諸事情により、変更することがあります。

