

行事等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油
			エネルギーになる	体をつくる	体の調子を整える		
			炭水化物・脂質	たんぱく質・無機質	ビタミン・無機質		
	8 (火)	牛乳		牛乳			
		食パン	パン(小麦 乳 大豆)				
		コーンチャウダー	じゃがいも 小麦粉 コーンスターチ マーガリン(乳 大豆) こめ油	鶏肉 白いんげん豆 脱脂粉乳 生クリーム(乳)	コーン 人参 玉葱	クリームコーン ぬちまーす こしょう ポークブイオン(鶏 豚)	
		ベジタブルソテー	こめ油	ウインナー(豚)	ブロッコリー キャベツ 大根 人参 しめじ	醤油(小麦 大豆) ぬちまーす こしょう	
		パインとりんごのジャム	グラニュー糖 コーンスターチ		パイナップル りんごピューレ	レモン果汁	
		* さつま芋ごま団子	さつま芋ごま団子 (ごま)				
	9 (水)	牛乳		牛乳			
			米 麦				
		中華丼	三温糖 こめ油 片栗粉	豚肉 油揚げ(大豆)	白菜 人参 玉葱 竹の子 くわい 椎茸 きくらげ	醤油(小麦 大豆) オイスターソース みりん ぬちまーす かつお節 ポークブイオン(鶏 豚)	
		鶏ささみスープ	片栗粉 ごま油	鶏肉 わかめ	玉葱 人参 えのき	醤油(小麦 大豆) 酒 みりん こしょう ぬちまーす かつお節 チキンブイオン(鶏)	
		くだもの			みかん(予定)		
		* 豆乳と野菜のマフィン	豆乳と野菜のマフィン (小麦・大豆・りんご)				
	10 (木)	* お任せおやつ	各幼稚園にて準備				
彩 小 中 欠 食	14 (月)	牛乳		牛乳			
		もちきびごはん	米 もちきび				
		みそおでん	じゃがいも 三温糖	鶏肉 ちくわ うずら卵 結び昆布 みそ(大豆)	人参 大根 こんにゃく 小松菜	みりん 酒 醤油(小麦 大豆) ぬちまーす かつお節	
		さばの照り焼き	三温糖 水あめ	さば		おろし生姜 おろしにんにく 酒 醤油(小麦 大豆) みりん	
		くだもの			いはかん(予定)		
		* 焼き芋	焼き芋				
世界 の 料理 (ヘルシー)	15 (火)	牛乳		牛乳			
		ごはん	米				
		ロモ・サルタード (牛肉と野菜の炒め物)	じゃがいも 大豆油 こめ油	牛肉 豚肉	玉葱 パプリカ トマト	おろしにんにく 赤ワイン ぬちまーす 醤油(小麦 大豆) こしょう オレガノパウダー 酢(小麦)	
		カルド・デ・ポーヨ (鶏肉のスープ)	スパゲティ(小麦)	鶏肉	玉葱 人参 コーン	おろし生姜 ぬちまーす こしょう チキンブイオン(鶏)	
		フルーツヨーグルト	三温糖	ヨーグルト(乳)	みかん パイナップル ナタデココ		
		* 国産野菜のかりんとう	国産野菜のかりんとう (小麦・ごま)				
	16 (水)	牛乳		牛乳			
		和風スパゲティ	スパゲティ(小麦) オリーブ油 こめ油	豚肉	人参 玉葱 しめじ 椎茸 きくらげ 小松菜	おろしにんにく 醤油(小麦 大豆) みりん ぬちまーす ポークブイオン(鶏 豚)	
		豆腐バーグの照り焼きソース	三温糖 片栗粉	豆腐ハンバーグ (大豆 鶏 豚)		醤油(小麦 大豆) みりん	
		温野菜サラダ	ごま ノンエッグマヨネーズ 三温糖	ツナ	ブロッコリー カリフラワー コーン 人参	酢(小麦) 醤油(小麦 大豆) ぬちまーす こしょう	
				* 人参ロールパン * ベビーチーズ	人参ロールパン (小麦・卵) ベビーチーズ (乳)		
与 那 城 幼 体 験 給 食	17 (木)	牛乳		牛乳			
		ごはん	米				
		魚のもずくあんかけ	小麦粉 片栗粉 大豆油 三温糖	ホキ もずく	人参 パイナップル	醤油(小麦 大豆) みりん 酢(小麦)	
		じゃがいもタシヤー	じゃがいも こめ油	ツナ	人参 たら	ぬちまーす 醤油(小麦 大豆)	
		ゆしどうふ		豆腐(大豆) みそ(大豆)	ねぎ	醤油(小麦 大豆) かつお節	
		* お任せおやつ	各幼稚園にて準備				

油
2回目
大豆
小麦
卵
ごま

行事等	日	献立名	黄(き)の食品	赤(あか)の食品	緑(みどり)の食品	その他調味料など	揚げ油
			エネルギーになる 炭水化物・脂質	体をつくる たんぱく質・無機質	体の調子を整える ビタミン・無機質		
リクエスト給食	18 (金)	牛乳		牛乳			
		親子丼	米 三温糖 片栗粉	鶏肉 卵	人参 玉葱 椎茸 ねぎ	醤油(小麦 大豆) みりん ぬちまーす かつお節	
		ごま汁	じゃがいも ごま	豆腐(大豆) みそ(大豆)	大根 小松菜	かつお節	
		くだもの			オレンジ(予定)		
		* ナッツと小魚 * やさいとりんごジュース	ナッツと小魚 (ごま・アーモンド) やさいとりんごジュース (りんご)				
21 (月)	21 (月)	牛乳		牛乳			
		ぬちまーす煮込みうどん	うどん(小麦) ごま油 こめ油	豚肉 油揚げ(大豆) わかめ	人参 しめじ	おろし生姜 おろしにんにく ぬちまーす チキンブイオン(鶏) かつお節	油 1回目 大豆
		牛肉コロッケ	大豆油 牛肉入りコロッケ(乳 大豆 小麦 牛)				
		酢みそごまあえ	ごま ごま油 三温糖	ちくわ みそ(大豆)	小松菜 きゅうり キャベツ もやし 人参	酢(小麦) 醤油(小麦 大豆) ぬちまーす	
		* 大学芋	大学芋 (小麦・大豆・りんご)				
22 (火)	22 (火)	牛乳		牛乳			
		もちきびごはん	米 もちきび				
		煮付け	三温糖 こめ油	豚肉 結び昆布 厚揚げ(大豆)	大根 人参 こんにゃく 小松菜	醤油(小麦 大豆) みりん 酒 ぬちまーす かつお節	
		ウムニー	紅芋 三温糖 もち粉			レモン果汁	
		ツナアングルスー	三温糖 こめ油	ツナ みそ(大豆) 糸かつお		おろし生姜 みりん 酒	
* フランスパン * バナナ	フランスパン (小麦) バナナ						
23 (木)	23 (木)	* とろけるプリン《豆乳》	とろけるプリン (大豆)				
25 (金)	25 (金)	牛乳		牛乳			
		中華おこわ	米 もち米 ごま油 こめ油	豚肉 油揚げ(大豆)	人参 竹の子 椎茸 グリーンピース	醤油(小麦 大豆) みりん 酒 ぬちまーす ポークブイオン(鶏 豚)	油 2回目 大豆 乳 小麦 牛
		油淋鶏 (ユーリンチー)	片栗粉 小麦粉 大豆油	鶏肉	長葱	酒 おろし生姜 おろしにんにく 醤油(小麦 大豆) 酢(小麦)	
		春雨スープ	春雨 ごま油 片栗粉	豆腐(大豆)	玉葱 人参 コーン	醤油(小麦 大豆)ぬちまーす ポークブイオン(鶏 豚)かつお節	
		パイナップル			パイナップル		
* 五穀かりんとう * メイグルト	五穀かりんとう (小麦・ごま) メイグルト (乳)						
リクエスト給食	28 (月)	牛乳		牛乳			
		しょうゆラーメン	ラーメン(小麦) ごま油	豚肉 わかめ なると	人参 キャベツ もやし きくらげ	おろしにんにく おろし生姜 ぬちまーす 醤油(小麦 大豆) かつお節 チキンブイオン(鶏)	
		コーンシューマイ		コーンシューマイ(えび かに 小麦 卵 ごま 大豆 鶏 豚 ゼラチン)			
		大根サラダ	ごま 三温糖	ツナ	大根 きゅうり 人参	醤油(小麦 大豆) 酢(小麦) ぬちまーす	
		* ミニどうぶつビスケット	ミニどうぶつビスケット (小麦)				

