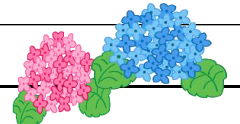


日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる（あか）	力や熱となる（きいろ）	体の調子をととのえる（みどり）
1	月	キッズピビンバ、マッシュポテト、わかめスープ	ホットケーキ（卵）、牛乳	牛ひき肉、鶏ひき肉、牛乳	米、油、三温糖、ごま油、じゃがいも、ホットケーキ	長ネギ、もやし、人参、ほうれんそう、えのきたけ、わかめ、玉ねぎ
2	火	はいがごはん、グルクンの衣揚げ、パパイア炒め（豚）、小松菜と油揚げのみそ汁	アメリカンドッグ（卵・豚）、ジョア プレーン	グルクン、豚ロース、油揚げ、かつお節、アメリカンドッグ、ジョア80m l プレーン	胚芽米、薄力粉、油	パパイア、玉ねぎ、人参、青ピーマン、小松菜
3	水	はいがごはん、鶏の照り焼き、ブロックリーとコーンソテー（卵・豚）、すまし汁（きのこ）、お魚ふりかけ	ジャーマンポテトパン（卵・豚）	ベーコン、高カルシウム お魚ふりかけ	胚芽米、マカロニ、油、ロールパン	パセリ、ブロッコリー、キャベツ、玉ねぎ、しめじ、えのきたけ、小松菜
4	木	はいがごはん、鰻のムニエル、人参いりち、ゆし豆腐	ヨーグルト、バナナ、牛乳	ゆし豆腐、かつお節、ヨーグルト、牛乳	胚芽米、薄力粉、有塩バター、オリーブオイル	人参、青ピーマン、スイートコーン、玉ねぎ、小松菜、バナナ
5	金	ミートスパゲッティ（豚）、温野菜サラダ（卵・豚）、ニラと卵のスープ（卵）、オレンジ	ブルーベリーパン（卵）	あいびき肉、ロースハム、卵	スパゲッティ、オリーブオイル、砂糖、マヨネーズ、グラニュー糖、片栗粉、ごま油、パン	なす、人参、玉ねぎ、トマトビュレー、ブロッコリー、かぼちゃ、にら、オレンジ、ブルーベリー ジャム
6	土	茄子のそぼろ丼（豚）、しめじと豆腐のみそ汁、バナナ	はと麦おこし、型抜きチーズ	豚ひき肉、島豆腐、かつお節、型抜きチーズ	米、油、三温糖、片栗粉、米菓	なす、干し椎茸、人参、青ピーマン、バナナ
7	日					
8	月	三色そぼろ丼（卵）、ひじきともやしのサラダ、人参とエリンギのスープ	ぼたぼた焼き、味付けいりこ、牛乳	鶏系卵、鶏ひき肉、ツナ、かつお節、味付けいりこ、牛乳	米、砂糖、ごま油、三温糖	ほうれんそう、もやし、人参、きゅうり、玉ねぎ、エリンギ
9	火	はいがごはん、魚のみそマヨ焼き（卵）、ピーマンの細切り炒め（豚）、チムシシ（豚）	芋天ぷら（卵）、ブルー、豆乳	ホキ、豚しゃり、豚ローススライス、調整豆乳	胚芽米、マヨネーズ、じゃがいも、オリーブオイル、片栗粉、砂糖、さつまいも、天ぷら	青ピーマン、赤ピーマン、黄ピーマン、玉ねぎ、人参、ネギ、ブルー
10	水	はいがごはん、豆腐のカレーあんかけ（豚）、春雨ナムル（卵・豚）、もすくそうめん汁	豆乳カスタードパン（卵）、牛乳	島豆腐、豚ひき肉、ロースハム、牛乳	胚芽米、油、片栗粉、はるさめ、ごま油、三温糖、手延べそうめん、豆乳パン、カスタードクリーム	人参、玉ねぎ、しめじ、インゲン、もやし、もすく、きゅうり、もすく、ネギ
11	木	はいがごはん、ハンバーグ（卵・豚）、ゴーヤサラダ（卵）、高野豆腐のすまし汁、鉄ゼリー（オレンジ味）	スティックタルト（ブルーベリー）、ベビーチーズ、牛乳	あいびき肉、卵、ツナ、型抜きチーズ、牛乳	胚芽米、パン粉、油、三温糖、マヨネーズ	玉ねぎ、ゴーヤ、キャベツ、きゅうり、人参、えのきたけ、しめじ
12	金	カレーライス、キャベツサラダ、アーサとちくわのすまし汁（卵）、型抜きチーズ	黒糖ケーキ（卵）	ちくわ、型抜きチーズ、卵、牛乳	米、じゃがいも、油、三温糖、オリーブオイル、[小麦粉] プレミックス粉、ホットケーキ用、黒砂糖	人参、玉ねぎ、青ピーマン、りんご、キャベツ、きゅうり、あおさ、ネギ
13	土	豚生姜焼き丼（豚）、大根サラダ、えのきとしめじのスープ	ミニたい焼き、ブルー	豚ローススライス、ツナ、かつお節	米、油、片栗粉、白ごま、ミニたい焼き	玉ねぎ、しめじ、大根、きゅうり、トマト、えのきたけ、ブルー
14	日					
15	月	はいがごはん、ハニーマスタード、野菜炒め、豆乳スープ（卵・豚）、お魚ふりかけ	あげパン（きなこ）（卵）、牛乳	鶏もも肉、ツナ、ベーコン、調整豆乳、高カルシウム お魚ふりかけ、きな粉、牛乳	胚芽米、油、じゃがいも、片栗粉、コッペパン、砂糖	キャベツ、小松菜、ブロッコリー、人参、スイートコーン、玉ねぎ、しめじ、パセリ
16	火	はいがごはん、鮭のちゃんちゃん焼き、マセドアンサラダ（卵・豚）、大根と豚肉のみそ汁（豚）	星だべよ、ブルー、ジョア マスカット	鮭、プロセスチーズ、豚もも肉、ジョア80m l マスカット	胚芽米、オリーブオイル、砂糖、じゃがいも、マヨネーズ	キャベツ、人参、しめじ、きゅうり、スイートコーン、大根、ネギ、ブルー
17	水	納豆ごはん、モーウイサラダ、イナムドッチ（卵・豚）、バナナ	ちんすこう（豚）、味付けいりこ、牛乳	挽きわり納豆、ツナ、豚ローススライス、かまぼこ、味付けいりこ、牛乳	米、切りこんにやく、ちんすこう（豚）	刻みのり、ネギ、モーウイ、きゅうり、トマト、干し椎茸、バナナ
18	木	おべんとう会 	野菜スティック、味付けいりこ、ジョア プレーン	味付けいりこ、ジョア80m l プレーン	クラッカー	
19	金	フィッシュバーガー（卵）、キャベツカラフルサラダ（卵・豚）、マカロニのスープ（卵・豚）	しらすと青菜のおにぎり	ホキ、卵、ロースハム、ベーコン、ちりめんじゃこ	バーガーパン、薄力粉、パン粉、油、マヨネーズ、砂糖、オリーブオイル、マカロニ、米	玉ねぎ、刻みビクルス、キャベツ、きゅうり、人参、スイートコーン、小松菜
20	土	魚そぼろごはん、きゃべつと鶏肉炒め、とろろ昆布汁	はちま米、型抜きチーズ	サバ、鶏もも肉、絹ごし豆腐、型抜きチーズ	米、ごま油、砂糖、油、米菓	人参、ごぼう、キャベツ、玉ねぎ、青ピーマン、削り昆布
21	日					
22	月	もすく丼（豚）、人参ときゅうりの和え物、麺とわかめとしめじのみそ汁	バナナケーキ（卵）、牛乳	豚ひき肉、ツナ、卵、牛乳	米、砂糖、ごま油、三温糖、おつゆ、ソフトタイプマーガリン 業務用、薄力粉	もすく、人参、玉ねぎ、干し椎茸、スイートコーン、もやし、きゅうり、わかめ、しめじ、バナナビュレー
23	火	慰霊の日 				
24	水	はいがごはん、松風焼き、クープイリチー（豚）、ちくわとえのきのみそ汁	豆乳カレーパン（豚）、牛乳	鶏ひき肉、島豆腐、豚ローススライス、ちくわ、牛乳	胚芽米、砂糖、白ごま、切りこんにやく、三温糖、油、カレーパン 皮及び具	玉ねぎ、ネギ、刻み昆布、干し椎茸、人参、えのきたけ
25	木	はいがごはん、ポークソテー（豚）、ごまじゃこサラダ、ポトフ風スープ（卵・豚）、お魚ふりかけ	ビスコ、バナナ、牛乳	豚ロース、しらす、ベーコン、高カルシウム お魚ふりかけ、クリーム 植物性脂肪、牛乳	胚芽米、薄力粉、ごま油、三温糖、じゃがいも、ビスケット	キャベツ、人参、きゅうり、玉ねぎ、バナナ
26	金	沖縄そば（豚）、白和えサラダ、ヨーグルト	ウインナーパン（卵・豚）	三枚肉、かまぼこ、豚汁、島豆腐、ツナ、ヨーグルト、ウインナーソーセージ	沖縄そば、麺、砂糖、パン	ネギ、ほうれんそう、人参、きゅうり
27	土	鮭じゃこごはん、チキナー炒め、絹ごし豆腐のみそ汁	アンパンマンせんべい、ブルー	鮭、しらす、ツナ、絹ごし豆腐、かつお節	米、油、アンパンマンせんべい	ネギ、からし菜、キャベツ、もやし、人参、ブルー
28	日					
29	月	はいがごはん、マーボー豆腐（豚）、トマトとオクラの酢醤油和え、かき玉汁（卵）	2つのプチシュー（卵）、牛乳、バナナ	島豆腐、豚ひき肉、しらす、卵、牛乳	胚芽米、ごま油、砂糖、片栗粉、シュウクリーム	玉ねぎ、人参、にら、オクラ、トマト、きゅうり、白菜、バナナ
30	火	はいがごはん、白身魚の照り焼き、五目きんぴら炒め（豚）、じゃがいものみそ汁、お魚ふりかけ	シークワーサーゼリー、味付けいりこ、牛乳	ホキ、かつお節、高カルシウム お魚ふりかけ、味付けいりこ、牛乳	胚芽米、系こんにやく、砂糖、ごま油、じゃがいも、明治シークワーサーゼリー	ごぼう、人参、干し椎茸、玉ねぎ
						

※都合により献立の変更があります。ご了承ください。