

こんだて名		(あか) おもにからだをつくるもの		(みどり) おもにからだのちょうしをととのえるもの		(き) おもにエネルギーのもとになるもの		
		①魚・肉・卵・豆・豆製品	②牛乳・小魚・海そう	③緑黄色野菜	④その他の野菜・きのこ・果物	⑤穀類・いも類・さとう	⑥油脂	
～ 4日～7日まで臨時給食期間～								
4	火	ミルクパン コーンポタージュ いっしょくこくとうだいず	だいず		にんじん	たまねぎ・コーン	パン げんまい・さとう・でんぷん こくとう	
5	水	ドライミックスカレー こんさいじる ミニみかんゼリー	(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん	グリーンピース・コーン・たまねぎ たまねぎ・ごぼう・だいこん・しいたけ	こめ・むぎ・じゃがいも でんぷん・こんにゃく・きつまいも みかんゼリー	あぶら
6	木	ごはん コロコロやさいのにももの ゆかりふりかけ	ほっけ・たら・(やきあご・あじ)		にんじん ゆかり	ごぼう・たけのこ・しいたけ	こめ こんにゃく・でんぷん・さとう・みずあめ	
7	金	しょくパン ブラウンシチュー いちごジャム			にんじん	たまねぎ・トマト・にんにく	パン じゃがいも・さとう いちごジャム	あぶら
10	月	ポークカレーライス かいそうサラダ	ふたにく	わかめ	にんじん	たまねぎ・にんにく・しょうが キャベツ・きゅうり	こめ・むぎ・じゃがいも さとう	あぶら ごま・ごまあぶら
11	火	しょくパン ポトフ れんこんサラダ マーシャルピンス	ふたにく ツナ		にんじん・パセリ にんじん	にんにく・キャベツ・たまねぎ れんこん・きゅうり・たまねぎ	パン じゃがいも マーシャルピンス	あぶら あぶら
12	水	ごはん マーボー豆腐 ちゅうかあえ みかん	とうふ・ふたにく・だいず・みそ	くきわかめ	にんじん・ねぎ にんじん	たまねぎ・たけのこ・しいたけ・しょうが・にんにく もやし・きゅうり みかん	こめ さとう・でんぷん	ごまあぶら・あぶら ごま・ごまあぶら
13	木	むぎごはん さかなのこうみソース だいこんのあえもの かきたまじる	たら		ねぎ こまつな	しょうが・にんにく だいこん	こめ・むぎ でんぷん・さとう さとう	あぶら・ごまあぶら ごま
14	金	コッペパン さけフライ にんじんサラダ こめこのクリームスープ	さけ ツナ		にんじん	きゅうり たまねぎ	パン パンこ さとう じゃがいも・こめこ	あぶら あぶら バター・あぶら
17	月	ぶちまるむぎごはん いわしのうめに もやしのごますあえ ほうとう	味の旅 山梨 いわし	いりこ	にんじん	うめぼし もやし・きゅうり	こめ・むぎ さとう	ごま すいとんめん
18	火	ミルクパン ポークシチュー グリーンサラダ パインかん	ふたにく		にんじん	にんにく・たまねぎ・しめじ キャベツ・きゅうり・たまねぎ パイン	パン じゃがいも さとう	あぶら あぶら
19	水	むぎごはん さかなとれんこんのくろずいため のっぺいじる のりごまふりかけ	ひごまるデー れんこん やきとうふ・ちくわ・(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん にんじん・ねぎ	れんこん・しめじ・えだまめ だいこん・ごぼう・しいたけ	こめ・むぎ でんぷん・さとう じゃがいも・こんにゃく・でんぷん	あぶら
20	木	ピピンバ もずくとたまごのスープ はちべえトマトのミニゼリー	ふたにく たまご・とうふ	もずく	ねぎ・にら・にんじん にんじん・チンゲンサイ トマト	しいたけ・しょうが・にんにく・もやし たまねぎ	こめ・さとう でんぷん	ごま・あぶら・ごまあぶら ごまあぶら
21	金	ココアパン きのこスパゲティ かみかみナッツサラダ	とりにく・ベーコン	チーズ しらすぼし	にんじん・こまつな にんじん	たまねぎ・えのきたけ・しめじ・エリンギ・にんにく キャベツ・きゅうり	パン スパゲティ バター	あぶら あぶら
25	火	きなこあげパン タイピーエン ごまマヨサラダ	きなこ うすらたまご・ふたにく・かまぼこ ツナ		にんじん・ねぎ	はくさい・たまねぎ・しょうが・きくらげ キャベツ・きゅうり	パン・さとう はるさめ	あぶら あぶら ごま・ノンエッグマヨネーズ
26	水	むぎごはん おでん はくさいのあます のりのつくだに	うすらたまご・あつあげ・とりにく・ちくわ・(かつおぶし)	(こんぶ)	にんじん にんじん	だいこん はくさい	こめ・むぎ こんにゃく・じゃがいも さとう	ごま
27	木	ごはん きびなごカリカリフライ ぐだくさんみそしる ざぜんまめ	あぶらあげ・みそ	いりこ	にんじん・こまつな	はくさい・だいこん・しめじ	こめ じゃがいも じゃがいも こくとう・さとう	あぶら
28	金	コッペパン(カット) カレーミートピーンズ やさいスープ りんごのフルーツミックス	ふたにく・だいず・ふたレバー ベーコン		にんじん・ピーマン・トマト チンゲンサイ・にんじん	たまねぎ・にんにく キャベツ・たまねぎ・しめじ りんご・おうとう	パン さとう じゃがいも	あぶら あぶら カクテルゼリー

※ 都合により、献立が変更する場合があります。  
 ※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。また、食物アレルギー等で加工食品の成分表や原材料のg数などの詳しい資料が必要な方は給食室へお申し出ください。