



令和6年度



月予定献立表食材の都合などにより献立を変更することがあります



日	曜日		献立表	血や肉になる赤の食品	熱や力のもととなる黄の食品	体の調子を整える緑の食品	エネルギー Kcal	
8	火		入 学 式					
9	水		ポークカレー ひじきサラダ ヨーグルト	牛乳 豚肉 チーズ ひじき ヨーグルト	米 押麦 じゃがいも 小麦粉 サラダ油 バター 砂糖	玉葱 人参 生姜 にんにく きゅうり キャベツ コーン	867	
10	木		ネギ塩豚丼 ツナと海藻のあえ物 かみなり汁	牛乳 豚肉 ツナ わかめ 木綿豆腐 油揚げ	米 ごま油 油 でんぷん 砂糖 こんにゃく	長ねぎ にんにく もやし こねぎ 玉葱 レモン キャベツ 人参 きゅうり 大根 椎茸	755	
11	金		山菜うどん こんにゃくサラダ 草団子	牛乳 豚肉 油揚げ ツナ きな粉	うどん 砂糖 こんにゃく 油 上新粉 白玉粉	人参 たけのこ ぶなしめじ ふき わらび 小松菜 キャベツ レモン よもぎ	705	
14	月		ミルクパン ★ニョッキのトマト煮 ビーンズサラダ	牛乳 ベーコン 鶏肉 チーズ たまご いんげんまめ ハム	ミルクパン じゃがいも 油 小麦粉 砂糖 オリーブ油	人参 玉葱 ぶなしめじ セロリー にんにく トマト キャベツ きゅうり レモン バジル	709	
15	火		★親子丼 いかのかみかみ和え 田舎汁	牛乳 鶏肉 たまご いか 生揚げ 赤みそ 白みそ	米 麦 油 砂糖 ごま油 こんにゃく じゃがいも	玉葱 キャベツ きゅうり 人参 コーン 大根 ごぼう 長ねぎ	787	
17	木		★エビピラフ ポテトのチーズ焼き 桜スープ	牛乳 えび ベーコン チーズ	米 バター 油 じゃがいも パン粉 マカロニ	玉葱 人参 エリンギ コーン ピーマン パセリ キャベツ 小松菜	733	
18	金		たけのこご飯 鯖の塩こうじ焼き やさいのレモン醤油和え ★かきたま汁	牛乳 鶏肉 油揚げ さわら たまご 木綿豆腐	米 砂糖 でんぷん	たけのこ 人参 白菜 小松菜 レモン 長ねぎ	761	
21	月		春キャベツのスパゲッティ じゃこ入り和風サラダ ★イチゴとアーモンドのケーキ	牛乳 ベーコン わかめ ちりめん たまご	オリーブ油 スパゲッティ イチゴジャム 砂糖	ニンニク 鷹の爪 キャベツ えのき 人参 もやし	737	
22	火		ご飯 ★あんかけ卵焼き 胡麻和え 味噌汁 オレンジ	牛乳 たまご えび 鶏肉 わかめ 白みそ 赤みそ	米 油 砂糖 でんぷん 白ごま さといも	人参 玉葱 椎茸 糸みつば えのき 白菜 もやし 大根 長ねぎ オレンジ	725	
23	水		黒砂糖パン ★シーフードグラタン 野菜スープ	牛乳 メルルーサ えび いか 生クリーム チーズ	黒砂糖パン じゃがいも 油 小麦粉 バター	人参 玉葱 マッシュルーム キャベツ 小松菜	756	
24	木		★五目チャーハン バンバンジーサラダ 青梗菜スープ	牛乳 豚肉 えび たまご 鶏肉	米 麦 油 砂糖 でんぷん	生姜 人参 椎茸 長ねぎ 小松菜 きゅうり もやし チンゲンツアイ	710	
25	金		ご飯 肉じゃが ★クルミあえ	牛乳 豚肉 生揚げ	米 こんにゃく じゃがいも 油 砂糖 くるみ	人参 玉葱 椎茸 グリーンピース 小松菜 もやし キャベツ	810	
28	月		わかめご飯 ★にぎすのさらさ揚げ ハムサラダ 豚汁	牛乳 わかめ にぎす ハム 豚肉 木綿豆腐 白みそ 赤みそ	米 でんぷん 砂糖 じゃがいも こんにゃく 油	生姜 コーン きゅうり ごぼう 大根 人参 長ねぎ	808	
30	水		キャラメル揚げパン フレンチサラダ キャロットポタージュ	牛乳 ベーコン 豆乳 生クリーム	パン 砂糖 キャラメル 油 小麦粉 バター	キャベツ 小松菜 人参 胡瓜 コーン 玉葱 パセ リ	730	