

月		火		水		木		金	
◎印は青空給食 Day です。 青空給食 Day の日のクラスは おにぎりになり、他のクラスは お茶碗にごはんを盛り付けます				1 ごはん ホキのもみじ焼き(ホキ・人参・ マヨネーズ・粉チーズ・みそ) ひじきの煮物 (ひじき・人参・ごぼう・ 油揚げ・れんこん・大豆水煮・ いんげん・干しいたけ) みそ汁 (麴・大根・にら)		2 ごはん 酢豚 (豚肉・玉ねぎ・人参・竹の子・ ピーマン・赤パプリカ・片栗粉・ 生しいたけ・ケチャップ) 粉ふき芋 (じゃが芋・青さのり) みそ汁 (油揚げ・小松菜)		3 ◎ 年少 ごはん 鶏の香味焼き (鶏肉・万能ねぎ) ナムル (もやし・きゅうり・人参・ 切干大根・白ごま・ごま油) みそ汁 (豆腐・青梗菜・わかめ)	
6	こぎつねごはん(米・油揚げ・ 人参・ごぼう・しめじ) さばの塩焼き(さば) 浅漬け (かぶ・きゅうり・人参・ 塩昆布) お月見おすまし(麴・オクラ・ 生しいたけ・かぶの葉) うさぎりんご(りんご)	7	焼きそば (焼きそば麺・豚肉・キャベツ・ 人参・もやし・ピーマン・ 玉ねぎ・ソース・青さのり) 中華風コーンスープ (コーンクリーム缶・万能ねぎ・ 卵・片栗粉) バナナ	8	ごはん 鶏のから揚げ (鶏肉・玉ねぎ) 春雨サラダ (春雨・人参・もやし・ひじき・ 切干大根・わかめ・きゅうり・ ちりめんじゃこ・ごま油) みそ汁 (油揚げ・白菜・ほうれん草)	9	ごはん 八宝菜 (豚肉・玉ねぎ・人参・白菜・ 竹の子・生しいたけ・もやし・ なると・ごま油・片栗粉) さつま芋のレモン煮 (さつま芋・レモン汁) みそ汁(豆腐・小松菜)	10	バターチキンカレー (米・雑穀・鶏肉・玉ねぎ・ 人参・じゃが芋・ブロッコリー・ バター・牛乳・トマト缶・ カレールー) 手作り福神漬け (きゅうり・大根・れんこん) プルーン
13	スポーツの日	14	代 休	15	ごはん 豚肉のしょうが焼き (豚肉・玉ねぎ・もやし・人参・ ピーマン・しょうが) かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ) みそ汁 (豆腐・小松菜・切干大根)	16	◎ 年中	17	栗ごはん (米・栗) 赤魚の照り焼き(赤魚) おひたし (小松菜・えのき・人参・ かつお節) けんちん汁 (豆腐・里芋・大根・ごぼう・ こんにゃく・長ねぎ・ごま油)
20	ごはん 麻婆豆腐 (豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・ 長ねぎ・にら・みそ・片栗粉・ ごま油) 酢の物 (わかめ・きゅうり・しらす干し) かきたま汁 (卵・水菜・えのき)	21	ごはん 炒り鶏 (鶏肉・大根・人参・ごぼう・ こんにゃく・いんげん・竹の子・ れんこん・里芋・焼竹輪) やみつききゅうり (きゅうり・ごま油) みそ汁 (油揚げ・小松菜)	22	ごはん 豚肉の柳川風 (豚肉・白菜・ごぼう・人参・ 玉ねぎ・いんげん・卵) ナムル (もやし・小松菜・人参・ ツナ缶・白ごま・ごま油) みそ汁(じゃが芋・わかめ・ 切干大根)	23	ごはん 煮魚 (さごし・しょうが) 納豆和え (ひきわり納豆・ほうれん草・ もやし・人参・のり) みそ汁 (えのき・白菜・長ねぎ)	24	ごはん 鶏肉のごまみそ焼き (鶏肉・白ごま・みそ) 煮浸し (ほうれん草・人参・白菜・ えのき・高野豆腐・ ちりめんじゃこ) すまし汁 (麴・水菜・ひじき)
27	ごはん レバーハンバーグ (豚ひき肉・鶏レバー・卵・ 玉ねぎ・人参・パン粉・ ケチャップ) じゃこサラダ (レタス・きゅうり・ひじき・ ちりめんじゃこ・ごま油) みそ汁 (豆腐・なめこ・長ねぎ)	28	ごはん すき焼き風煮 (牛肉・白菜・玉ねぎ・しめじ・ 焼豆腐・白滝) 酢漬け (かぶ・きゅうり・人参) みそ汁 (じゃが芋・かぶの葉・ひじき)	29	ごはん 中華風卵あんかけ (卵・万能ねぎ・片栗粉) 五目きんぴら (ごぼう・人参・れんこん・ いんげん・つきこんにゃく・ 油揚げ・ごま油) みそ汁 (えのき・ほうれん草)	30	◎ 年長	31	ロールパン パンプキンシチュー (鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・ 人参・ブロッコリー・牛乳・ 米粉・バター) ミモザサラダ (レタス・きゅうり・トマト・卵・ ごま油)

●都合により食材料を変更することがありますので、ご了承ください。