

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
1 金	[給]お粥/[給]白身魚と人参の煮物/[給]玉ねぎのみそ汁	精白米/くず粉	からすがれい/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/玉ねぎ
2 土	[給]野菜煮込みうどん	干しうどん	昆布	にんじん/玉ねぎ/南瓜
7 木	[給]お粥/[給]白身魚と小松菜の煮物/[給]玉ねぎのみそ汁	精白米/くず粉	からすがれい/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	小松菜/玉ねぎ
8 金	[給]お粥/[給]ほうれん草と玉ねぎの煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ/ほうれん草/にんじん
9 土	[給]野菜煮込みうどん	干しうどん/さつまいも	昆布	にんじん/玉ねぎ
11 月	[給]お粥/[給]白身魚と人参の煮物/[給]かぶのみそ汁	精白米/くず粉	からすがれい/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/かぶ
12 火	[給]お粥/[給]南瓜とピーマンの煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	南瓜/ピーマン/にんじん
13 水	[給]お粥/[給]ほうれん草と人参の煮物/[給]豆腐のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/木綿豆腐/カットわかめ/合わせ味噌	ほうれん草/にんじん
14 木	[給]お粥/[給]玉ねぎと人参の煮物/[給]かぶのみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ/にんじん/かぶ
15 金	[給]お粥/[給]じゃが芋と玉ねぎの煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/じゃが芋/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ/にんじん
16 土	[給]野菜煮込みうどん	干しうどん	昆布	にんじん/玉ねぎ/南瓜
18 月	[給]お粥/[給]白身魚と人参の煮物/[給]大根のみそ汁	精白米/くず粉	からすがれい/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/だいこん
19 火	[給]お粥/[給]さつまいもと玉ねぎの煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/さつまいも/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ

日 曜	献立名	材 料 名		
		熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
20 水	[給]お粥/[給]玉ねぎと人参の煮物/[給]南瓜のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ/にんじん/南瓜
21 木	[給]お粥/[給]人参と玉ねぎの煮物/[給]南瓜のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/玉ねぎ/南瓜
22 金	[給]お粥/[給]トマトと玉ねぎの煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	トマト/玉ねぎ/にんじん
23 土	[給]野菜煮込みうどん	干しうどん	昆布	もやし/にんじん/南瓜
25 月	[給]お粥/[給]鮭とじゃが芋の煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/じゃが芋/くず粉	鮭/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん
26 火	[給]お粥/[給]豆腐と人参の煮物/[給]じゃが芋のみそ汁	精白米/くず粉/じゃが芋	木綿豆腐/昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん
27 水	[給]食パンスティック/[給]玉ねぎと南瓜の煮物/[給]人参のみそ汁	食パン/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	玉ねぎ/南瓜/にんじん
28 木	[給]お粥/[給]青梗菜とじゃが芋の煮物/[給]人参のみそ汁	精白米/じゃが芋/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	チンゲンサイ/にんじん
29 金	[お]バナナ/[給]野菜煮込みうどん	干しうどん/じゃが芋	昆布	バナナ/南瓜/玉ねぎ
30 土	[給]お粥/[給]人参と南瓜の煮物/[給]玉ねぎのみそ汁	精白米/くず粉	昆布/カットわかめ/合わせ味噌	にんじん/南瓜/玉ねぎ

♡[給]=給食です

♡食材の仕入れにより、内容が変更になる場合があります