







月	火	水	木	金	土
2	3	4	5	6	7
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース
きのこカレー きゅうりのサバ缶和え チーズ フルーツ	鮭の紅葉焼き ブロッコリー 春雨サラダ 板心の味噌汁 フルーツ	レバーカツ トマト キャベツの酢の物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	鶏肉と栗の中華煮 スティックサラダ 白菜の味噌汁 フルーツ	ピーマンの肉詰め トマト 中華サラダ しじみ汁 フルーツ	焼きそば コーンサラダ なすの味噌汁 フルーツ
豚肉 しめじ エリンギ 人参 玉ねぎ じゃがいも ちくわ きゅうり サバ缶 チーズ	鮭 人参 ブロッコリー きゅうり 春雨 ハム レタス 板ふ 豆腐 わかめ	レバー トマト キャベツ きゅうり 人参 もやし 玉ねぎ しいたけ 豆腐	鶏肉 玉ねぎ ピーマン 栗 人参 きゅうり さつまいも 白菜 豆腐 油揚げ	ピーマン ひき肉 玉ねぎ もやし 人参 クラゲ レタス きゅうり しじみ 大葉	豚肉 玉ねぎ キャベツ 人参 レタス きゅうり コーン ハム なす 豆腐 わかめ
栗のサンドイッチ 牛乳	パン 牛乳	シュークリーム 牛乳	チュロス 牛乳	ポップコーン 牛乳	アイス 牛乳
9	10	11	12	13	14
ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース
そぼろ親子丼 なすの炒め物 菊の味噌汁 フルーツ	グラタン きゅうりの梅和え 大根の味噌汁 フルーツ	さばの野菜あんかけ いりいり大根 ワンタンスープ フルーツ	スコッチエッグ セロリサラダ もやしの味噌汁 フルーツ	豚肉の生姜焼き 千切りキャベツ ひじきの炒め物 小松菜の味噌汁 フルーツ	月見うどん 里芋のバター味噌焼き 小女子の佃煮 フルーツ
ひき肉 玉ねぎ しいたけ 卵 なす キャベツ ベーコン 菊 豆腐 わかめ	ベーコン 玉ねぎ ほうれん草 きゅうり 梅干し もやし 大根 豆腐 わかめ	さば 人参 白菜 きくらげ 玉ねぎ 大根 ワンタン なんと 卵	ひき肉 玉ねぎ 卵 人参 ブロッコリー きゅうり レタス もやし 豆腐 わかめ	豚肉 キャベツ ひじき 人参 さつまいも 高野豆腐 小松菜 豆腐 油揚げ	鶏肉 かまぼこ 卵 ねぎ 里芋 しめじ ベーコン 小女子の佃煮
いももち 牛乳	ドーナツ 牛乳	パン 牛乳	ゼリー 牛乳	ほつれん草ケーキ 牛乳	今川焼き ジュース
16	17	18	19	20	21
	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース
敬老の日	豆乳シチュー 海藻サラダ チーズ フルーツ	天ぷら ポパイサラダ なめこ汁 フルーツ	赤魚の味噌焼き 小松菜のおかか和え コールスローサラダ わかめスープ フルーツ	いが蒸し トマト 大根サラダ キャベツの味噌汁 フルーツ	塩ラーメン じゃこサラダ しそ昆布 フルーツ
	鶏肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 海藻 きゅうり レタス もやし チーズ	えび ちくわ かぼちゃ ほうれん草 きゅうり ハム なめこ 豆腐 ねぎ	赤魚 小松菜 キャベツ きゅうり 人参 ハム なんと わかめ 卵	ひき肉 玉ねぎ トマト 大根 きゅうり 人参 ツナ キャベツ 豆腐 油揚げ	チャーシュー ねぎ ほうれん草 メンマ 卵 しらす干し きゅうり レタス 人参
	つさぎまんじゅう 牛乳	パン 牛乳	ヨーグルト ジュース	おにぎり 牛乳	マヨコーントースト 牛乳
23	24	25	26	27	28
	野菜ジュース	ぶどうジュース	りんごジュース	野菜ジュース	ぶどうジュース
振替休日	味噌なす丼 レンコンのツナ煮 卵スープ フルーツ	手羽元と大根の煮物 サイコロサラダ しめじの味噌汁 フルーツ	栗ごはん クリームコロッケ 豚肉のエリンギ巻き サラダ 漬け物 すまし汁 フルーツ	ホッケのかば焼き ほうれん草のゴマ和え ミモザサラダ 豆乳の味噌汁 フルーツ	シーフードパスタ トマトサラダ とろろ汁 フルーツ
	豚肉 なす 玉ねぎ パプリカ レンコン 人参 ツナ 卵 えのき わかめ	手羽元 大根 人参 卵 じゃがいも きゅうり ハム チーズ 麩 しめじ 豆腐	栗 玉ねぎ ベーコン しめじ 豚肉 エリンギ レタス 人参 大根 三つ葉 ねぎ	ホッケ ほうれん草 油揚げ 卵 ブロッコリー きゅうり 人参 しめじ 豆腐 かぶ	えび あさり ほうれん草 エリンギ きゅうり 人参 じゃがいも とろろ昆布 豆腐
	スコーン 牛乳	パン 牛乳	ケーキ 牛乳 	さつまいももち 牛乳	たい焼き スボロン
30					
りんごジュース	(午前おやつ) (献立)				
ハヤシライス レタスサラダ チーズ フルーツ					アレルギーの子に ついては代替食で 対応しています。 例. 卵→タンパク質を含む 肉や魚など 種類→春雨やビーフン などの類似品
豚肉 じゃがいも 玉ねぎ マッシュルーム 人参 レタス きゅうり ハム ブロッコリー	(主な食材)			ひよこ・ちゅうりつぷ たんぼ組は 午前のおやつに ジュースが出ます。	
たこ焼き 牛乳	(午後おやつ)				