

日	曜	献立名			材料名					
					主にからだをつくるものとなる食品		主に体の調子をととのえる食品		主に熱や力のもとになる食品	
		主食	牛乳	おかず	肉・魚・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海草	緑黄色野菜	淡色野菜・きのこ・くだもの	穀類・いも・さとう	油脂類
1	金	たけのこごはん	○	さけの塩焼き おかか和え けんちん汁 かしわもち	あぶらあげ かつおぶし とうふ とりにく	ぎゅうにゅう	にんじん みつば こまつな はねぎ	たけのこ キャベツ ごぼう	こめ もちごめ こんにゃく かしわもち	
7	木	ナン	○	キーマカレー じゃがいものチーズ焼き ツナサラダ いちご	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ ぶたレバー ツナ	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん パセリ	たまねぎ にんにく キャベツ いちご	ナン こむぎこ じゃがいも	あぶら
8	金	ごはん	○	メバルのたつた揚げ 梅こんぶ和え たけのことそら豆の煮物	メバル とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	こまつな にんじん	キャベツ たけのこ そらまめ	こめ さとう	あぶら
☆ 11日～15日 かがわ印給食ウィーク ☆										
11	月	全粒粉パン メープルジャム	○	オリーブサーモンのピザ焼き じゃこサラダ わかめスープ	サーモン	ぎゅうにゅう チーズ ひじき わかめ しらすぼし	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ きゅうり コーン	パン さとう じゃがいも ジャム	あぶら
12	火	えんどう ごはん	○	鶏肉のマスタード焼き 野菜のゆず香和え かがわ印スープ あまなつ	とりにく かつおぶし たまご	ぎゅうにゅう	にんじん チンゲンサイ	グリーンピース にんにく きゅうり キャベツ たまねぎ あまなつ	こめ もちごめ さとう	あぶら
13	水	ミルクパン	○	あさりとトマトのスパゲティ ごまドレッシングサラダ そら豆のカレー揚げ	あさり とりにく	ぎゅうにゅう ひじき	トマト さやいんげん にんじん	たまねぎ にんにく キャベツ きゅうり コーン そらまめ	パン さとう スパゲティ てんぷらこ	あぶら ごま
14	木	五目おこわ	○	さわらの塩焼き 春の元気サラダ みそ汁 みかんクレープ	あぶらあげ さわら ハム かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん アスパラガス はねぎ	ごぼう しめじ えだまめ キャベツ コーン たまねぎ	こめ もちごめ さとう じゃがいも クレープ	あぶら
15	金	麦ごはん	○	手作りがんも こんぶ和え オリーブ豚の豚汁 ヨーグルト	とうふ とりにく ぶたにく	ぎゅうにゅう こんぶ ヨーグルト	にんじん はねぎ こまつな	たけのこ たまねぎ キャベツ ごぼう	こめ おおむぎ でんぷん さとう こんにゃく	あぶら ごま
18	月	米粉パン	○	いかのケチャップがらめ スナップえんどうの塩ゆで 貝だくさんコーンスープ	いか ベーコン	ぎゅうにゅう	パセリ スナップえんどう にんじん	しょうが コーン たまねぎ	パン さとう でんぷん じゃがいも	あぶら
19	火	ごはん	○	チーズ入りハンバーグ パセリポテト 野菜スープ ブルーネ	ぎゅうにく ぶたにく レンズまめ とうふ ベーコン	ぎゅうにゅう チーズ	パセリ にんじん	たまねぎ キャベツ セロリ ブルーネ	こめ パンこ さとう じゃがいも	あぶら
20	水	豚キムチ どんぶり	○	春雨サラダ かわちばんかん	ぶたにく	ぎゅうにゅう	にら こまつな にんじん	しょうが キムチ キャベツ たまねぎ もやし にんにく コーン かわちばんかん	こめ おおむぎ さとう はるさめ	あぶら
21	木	古代米入り ごはん	○	えびたまのあんかけ アスパラの塩ゆで キャベツスープ 牛乳プリン	えび たまご ベーコン	ぎゅうにゅう	はねぎ アスパラガス にんじん	たけのこ たまねぎ キャベツ セロリ	こめ さとう こたまい でんぷん プリン	あぶら
22	金	いりこめし	○	豆腐ナゲット 海草サラダ みそ汁	あぶらあげ とうふ とりにく	ぎゅうにゅう いりこ しらすぼし かいそうミックス	にんじん はねぎ	ごぼう しいたけ えだまめ きゅうり キャベツ コーン たまねぎ	こめ でんぷん じゃがいも	あぶら
25	月	黒糖パン	○	ポークビーンズ スナップえんどうのサラダ さつまいもチップス	だいたす ぶたにく ベーコン	ぎゅうにゅう	にんじん パセリ スナップえんどう	たまねぎ キャベツ コーン レモン	パン さとう じゃがいも さつまいもチップス	あぶら
26	火	わかめごはん	○	さわらのゆずみそ焼き キャベツのごま和え ひじきの炒り煮	さわら とりにく あぶらあげ だいたす	ぎゅうにゅう ひじき わかめ	こまつな にんじん さやいんげん	ゆず キャベツ コーン	こめ おおむぎ さとう こんにゃく	ごま あぶら
27	水	小型 揚げパン	○	和風スパゲティ 元気サラダ	きなこ ハム とりにく かつおぶし	ぎゅうにゅう こんぶ	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ しめじ マッシュルーム まいたけ きゅうり キャベツ コーン	パン さとう スパゲティ	あぶら
28	木	親子どんぶり	○	アスパラのごまネーズサラダ 日向夏ゼリー	とりにく なると たまご	ぎゅうにゅう	にんじん アスパラガス	たまねぎ しいたけ キャベツ コーン レモン	こめ おおむぎ さとう ゼリー	ノンエッグマヨ ごま
29	金	チキンカレー	○	かみかみサラダ アイスパン	とりにく ぶたレバー さきいか ハム	ぎゅうにゅう チーズ	にんじん	たまねぎ にんにく ごぼう きゅうり コーン パン	こめ おおむぎ じゃがいも こむぎこ さとう	あぶら ごま

献立は、食材その他の都合により変更することがあります。

