

日 (曜)	牛 乳	主食 パン ごはん	献立名	食 品 名					
				おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーとなる	
				1群	2群	3群	4群	5群	6群
2 (月)		麦飯	みそラーメン れんこんサラダ	豚肉 赤みそ 白みそ まぐろオイル漬	牛乳	にんじん ねぎ	にんにく 生姜 玉ねぎ もやし 白菜 コーン キャベツ れんこん	米 大麦 中華麺 さとう	ラード ごま油
3 (火)		麦飯	手巻き寿司 あおさのみそ汁 三色団子	 鶏肉 油揚げ 合わせみそ 豆腐	のり 牛乳 あおさ	にんじん	ごぼう 干しいたけ かんぴょう れんこん だいこん えのきたけ	米 さとう 三色団子	
4 (水)		減量麦飯	カツカレー 福神漬 ぶどうゼリー	牛肉	牛乳	にんじん	生姜 にんにく セロリー 玉ねぎ 福神漬 ぶどうゼリー	米 大麦 小麦粉 パン粉 じゃがいも	植物油
5 (木)		黒糖パン	津ギョウザ 春雨スープ	豚肉	牛乳	にら にんじん ねぎ	玉ねぎ にんにく 生姜 もやし	黒糖パン でん粉 ぎょうざの皮 はるさめ	ごま油 植物油
6 (金)		赤飯	鶏のから揚げ レモンキャベツ 青菜のスープ お祝いケーキ(3年生)	小豆 鶏肉 ベーコン	牛乳	にんじん チンゲン菜	生姜 にんにく キャベツ レモン 玉ねぎ	米 もち米 さとう でん粉 お祝いケーキ	黒ごま 植物油
9 (月)		味ごはん	焼きししゃも 白みそ汁 つぼ漬	牛肉 油揚げ 豆腐 白みそ	牛乳 ししゃも	にんじん 小松菜	ごぼう 干しいたけ しめじ つきこんにゃく 玉ねぎ つぼ漬	米 大麦 さとう	植物油
10 (火)		麦飯	豆腐のピリ辛煮 中華風ごまだれサラダ	豚肉 赤みそ 豆腐	牛乳	にんじん ねぎ 小松菜	にんにく 生姜 玉ねぎ たけのこ 干しいたけ キャベツ	米 大麦 さとう でん粉	植物油 ごま油 ごま
11 (水)		麦飯	さばの塩焼き 五目豆 ほうれん草ともやしの磯香あえ	さば 鶏肉 大豆	牛乳 角切り昆布 のり	にんじん ほうれん草	ごぼう こんにゃく 干しいたけ もやし	米 大麦 さとう	植物油
13 (金)		麦飯	かつおのアングレース ごま塩キャベツ けんちん汁	かつお 豆腐	牛乳	にんじん ねぎ	生姜 キャベツ ごぼう つきこんにゃく だいこん	米 大麦 でん粉 さとう パン粉	植物油 ごま ごま油
16 (月)		麦飯	肉じゃがのうま煮 小松菜と切干大根の梅風味あえ 昆布の佃煮	牛肉	牛乳 昆布	にんじん 小松菜	干しいたけ 糸こんにゃく 玉ねぎ キャベツ 切干大根 ねりうめ	米 大麦 さとう じゃがいも	植物油 ごま
17 (火)		麦飯	さわらのしそ粉焼き じゃがいものおかかまぶし 厚揚げのみそ汁	さわら かつお節削り 厚揚げ 合わせみそ	牛乳	しそ粉 小松菜	にんにく 玉ねぎ だいこん もやし	米 大麦 じゃがいも	
18 (水)		麦飯	ぶりの照り焼き 菜花ともやしのおかかあえ すまし汁 お祝いケーキ(1・2年生)	ぶり かつお節削り 豆腐	牛乳	なばな にんじん ねぎ	生姜 もやし 玉ねぎ えのきたけ	米 大麦 さとう お祝いケーキ	

◆この献立は予定献立であり、食材の流通の事情等により、変更することがあります。

食事の前には必ず石けんで手を洗い、手の甲、指の間、指先までしっかり洗います。
給食当番の人はとくに正しい手を洗い、清潔な白衣、三角巾、マスクをつけましょう。



あおさは、津市で作られているあおさを使用しています。



お祝いケーキは、アレルギー(卵・乳・小麦・ナッツ類)不使用のケーキです。