

ひつけ 目付 曜	献立名	使用材料 (つかう たべもの)						こんげつ 今月の旬
		血や肉・骨になる食品(あか)		体の調子を整える食品(みどり)		熱や力になる食品(きいろ)		
		いちぐん 1群	にぐん 2群	ぐん 3群	ぐん 4群	ぐん 5群	ぐん 6群	
1 (火)	牛乳	ぎゅうにゅう						あおさ なばな
	お茶ときなこのあげパン	きなこ				ちいさいロールパン さとう あぶら		
	あおさうどん 菜花と白菜のおかかあえ	とりにく あおさ かつおぶし		にんじん ねぎ たまねぎ なばな はくさい		うどん あぶら		
2 (水)	牛乳 三色団子	ぎゅうにゅう				さんしょくだんご		
	ちらしずし	とりにく		にんじん ごぼう れんこん ほししいたけ		さとう こめ		
	白みそ汁 白菜漬	とうふ しろみそ		こまつな ねぎ だいこん はくさい		じゃがいも ごま		
3 (木)	黒糖パン 牛乳 りんごゼリー	ぎゅうにゅう				こくとうパン りんごゼリー		キャベツ
	ハンバーグ	ぎゅうにく ぶたにく おから			たまねぎ	ごま		
	野菜スープ			にんじん たまねぎ キャベツ				
4 (金)	赤飯 牛乳	あずき	ぎゅうにゅう			こめ もちごめ		なばな
	三重県産ブリの照り焼き	ブリ						
	かきたま汁 菜花ともやしの磯香あえ	たまご とうふ のり		こまつな えのきだけ なばな もやし		でんぷん さとう		
7 (月)	麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	米粉のカレー	ぎゅうにく		にんじん たまねぎ しょうが にんにく セロリ		じゃがいも でんぷん あぶら こめこ		
	れんこんサラダ	まぐろあぶらづけ			れんこん キャベツ	さとう ごま		
8 (火)	米粉入りパン 牛乳 お祝いデザート	ぎゅうにゅう				こめこいりパン デザート		チンゲンサイ
	津ギョウザ	ぶたにく		にら たまねぎ にんにく しょうが		ぎょうざのかわ あぶら		
	中華野菜スープ	とりにく とうふ わかめ		にんじん チンゲンサイ たまねぎ もやし		でんぷん あぶら		
9 (水)	麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	サバの塩焼き	サバ						
	五目きんぴら キャベツと小松菜のごまあえ	とりにく		にんじん ごぼう しょうが こんにゃく		さとう ごま あぶら		
10 (木)	ロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう				ロールパン		
	サケのムニエル トマトソースかけ	サケ				こめこ さとう あぶら		
	じゃがいものポタージュ	ぎゅうにゅう なまクリーム	にんじん こまつな たまねぎ セロリ		じゃがいも あぶら			
11 (金)	 祝 卒業 式  ～おめでとう♪～							
14 (月)	麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		
	うずらたまご とツナの そぼろ丼	うずらたまご まぐろあぶらづけ		こまつな たまねぎ しょうが		さとう		
	豚汁	ぶたにく あかみそ		にんじん ねぎ ごぼう だいこん こんにゃく				
15 (火)	米粉入りパン 牛乳 ヨーグルト	ぎゅうにゅう ヨーグルト				こめこいりパン		
	ポークビーンズ	ぶたにく だいず		にんじん こまつな たまねぎ にんにく セロリ		じゃがいも さとう あぶら		
	ごぼうサラダ	まぐろあぶらづけ			ごぼう こんにゃく	さとう ごま		
16 (水)	麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	サワラの南部焼き	サワラ				ごま		
	ひじきの炒り煮 キャベツともやしのしそあえ	とりにく ひじき		にんじん ごぼう こんにゃく		さとう あぶら		
17 (木)	ロールパン 牛乳	ぎゅうにゅう				ロールパン		キャベツ チンゲンサイ
	ツナとチーズのカレーコロッケ	まぐろあぶらづけ チーズ				じゃがいも あぶら こむぎこ パンこ		
	添キャベツ 青菜と豆腐のスープ	とりにく とうふ		にんじん チンゲンサイ たまねぎ		あぶら		
18 (金)	麦ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう				こめ おおむぎ		キャベツ
	マーボー豆腐	ぶたにく とうふ あかみそ		ねぎ たまねぎ にんにく しょうが		さとう でんぷん あぶら		
	中華コーンサラダ				キャベツ ホールコーン こんにゃく	さとう あぶら		

※天候などにより、急に献立を変更する場合がありますので、ご理解いただきますようお願いいたします。