

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ
2	月	中華丼 ブロッコリーの おかか和え バナナ	★焼きそば	カットスパゲティ、油、片栗粉、ごま油	卵、豚肉、豚肉、ちくわ、かにかまぼこ、かつお節、あおのり	バナナ、たまねぎ、ブロッコリー、はくさい、にんじん、キャベツ、こまつな、しいたけ	牛乳 チーズ
3	火	ビニーズカレー 春雨サラダ もも缶	りんご ゼリー ミニぱん こざかな	じゃがいも、マヨネーズ、はるさめ、砂糖、油	卵、茹で大豆、牛肉、ハム	たまねぎ、きゅうり、にんじん、トマトピューレ、ピーマン、もも缶	牛乳 ウェハース
4	水	照り焼きチキン もやしとコーンのナムル みそ汁	牛乳 ★さつまいもチップス	さつまいも、油、三温糖、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、鶏肉、みそ、カットわかめ	もやし、かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、コーン缶、こまつな、えのきたけ、ねぎ、しょうが	牛乳 バナナ
5	木	さばのみそ煮 れんこんのサラダ かき玉汁	牛乳 動物 ビスケット	マヨネーズ、砂糖、ごま	牛乳、さば、卵、豆腐、ハム、みそ、カットわかめ	れんこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、しょうが	牛乳 十勝バター ブレッド
6	金	松風焼き かぼちゃの煮物 すまし汁	牛乳 コーン ポタージュ	パン粉、砂糖、生ふ、ごま	牛乳、絹豆腐、鶏ひき肉、みそ、カットわかめ	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ	ヨーグルト
7	土	肉みそ 野菜スープ	とんがり コーン	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	鶏ひき肉、みそ、茹で大豆	たまねぎ、にんじん、ごぼう、いんげん	お茶 紫芋 ふんわり せんべい
9	月	ジャコビーオムレツ きゅうりの昆布和え 春雨スープ	★きつね おにぎり	米、はるさめ、砂糖、油、ごま	卵、油揚げ、しらす干し、塩こんぶ	きゅうり、たまねぎ、にんじん、キャベツ、ピーマン、ねぎ	牛乳 オレンジ
10	火	炒り鳥 はんぺん汁 手作りふりかけ	牛乳 ★ラスク	サンドイッチパン、さといも、糸こんにゃく、マーガリン、グラニュー糖、砂糖、油、ごま	牛乳、鶏肉、はんぺん、茹で大豆、かつお節、いりこ、カップ、グラニュー糖、砂糖、油、ごま	にんじん、たまねぎ、だいこん、れんこん、しめじ、ごぼう、いんげん、ねぎ、しいたけ	牛乳 かぼちゃ ボーロ
12	木	鮭のフライ (タルタルソース) 大根のごま酢和え すまし汁	牛乳 おととと	マヨネーズ、パン粉、油、小麦粉、砂糖、ごま	牛乳、卵、さけ、絹豆腐、カットわかめ	だいこん、きゅうり、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、らっきょう(甘酢漬)、ねぎ、パセリ	牛乳 ミニ ドーナツ
13	金	親子丼 きゅうりとわかめの酢物 チーズ カレー オレンジ	牛乳 バーム クーヘン	砂糖、ごま	牛乳、卵、鶏肉、チーズ、カットわかめ	たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、こまつな、しいたけ	牛乳 ウェハース
14	土		ミレー ビスケット	じゃがいも	牛肉	たまねぎ、オレンジ、にんじん、ピーマン	お茶 豆乳 クッキー
16	月	鶏レバーの甘酢煮 ポテトサラダ コンソメスープ チーズ	★フルーツ ヨーグルト	じゃがいも、マヨネーズ、砂糖、片栗粉	鶏レバー、ヨーグルト、卵、チーズ、ベーコン、ハム	みかん缶、バナナ、きゅうり、にんじん、もも缶、パイ缶、たまねぎ、ねぎ、しょうが	牛乳 マンナ ビスケット

日	曜	屋食献立名	3時おやつ	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	10時おやつ
17	火	豚肉と納豆の旨煮 もやしとハムの酢のもの みそ汁	牛乳 ★なんちゃって肉まん	じゃがいも、砂糖、ごま、ごま油、蒸しパンミックス粉	牛乳、納豆、豚肉、みそ、ハム、カットわかめ	たまねぎ、きゅうり、もやし、にんじん、ねぎ、しめじ	牛乳 ミニぱん こざかな
18	水	ふりかけ ブロッコリー ミートローフ フライドポテト コンソスープ いちご	牛乳 ケーキ	フライドポテト、パン粉、油、片栗粉、砂糖、マヨネーズ	牛乳、卵、合挽き肉	いちご、ブロッコリー、たまねぎ、クリームコーン缶、にんじん、えのきたけ、コーン缶	牛乳 チーズ
19	木	赤魚の煮つけ ほうれん草のごま和え みそ汁	牛乳 かっぱ えびせん	砂糖、ごま	牛乳、赤魚、豆腐、みそ、カットわかめ	ほうれんそう、もやし、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ねぎ、しょうが	牛乳 スティック パン
20	金	麻婆豆腐 春雨の酢物 オレンジ	牛乳 ワッフル	はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油、ごま	牛乳、豆腐、卵、豚ひき肉、赤みそ、みそ	オレンジ、きゅうり、たまねぎ、にんじん、ねぎ	ヨーグルト
21	土	肉じゃが わかめスープ のり佃煮	ベジ たべる	じゃがいも、しらたき、砂糖、油	牛肉、カットわかめ、のり佃煮	たまねぎ、にんじん、いんげん	お茶 リッツ
24	火	クリームシチュー 人参とピーマンの金平 みかん	牛乳 ★マカロニ あべかわ	じゃがいも、マカロニ・スパゲティ、砂糖、小麦粉、マーガリン、バター、油、ごま	牛乳、鶏肉、脱脂粉乳、きな粉、しらす干し	みかん、にんじん、たまねぎ、クリームコーン缶、ブロッコリー、ピーマン	牛乳 白い風船
25	水	ささみのひじき揚げ きゅうりの甘酢和え みそ汁	★おにぎり (小松菜・鮭)	米、油、小麦粉、片栗粉、砂糖、ごま、ごま油	鶏ささ身、みそ、卵、さけ、ひじき、カットわかめ	きゅうり、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、こまつな、えのきたけ、ねぎ	牛乳 紫芋 ふんわり せんべい
26	木	鮭のムニエル スパサラダ だぶ汁	牛乳 マリー ビスケット	さといも、マヨネーズ、カットスパゲティ、小麦粉、バター、片栗粉	牛乳、さけ、卵、鶏肉、ハム	きゅうり、だいこん、にんじん、たまねぎ、れんこん、ごぼう、ねぎ	牛乳 チーズ
27	金	チキンカレー 中華サラダ バナナ	牛乳 サッポロ ポテト	じゃがいも、油、砂糖、ごま、ごま油	牛乳、鶏肉	バナナ、たまねぎ、きゅうり、キャベツ、にんじん、もやし、コーン、トマトピューレ、ピーマン	ヨーグルト
28	土	豚丼 たたききゅうり パイ缶	ハッピー ターン	砂糖	豚肉	パイ缶、きゅうり、たまねぎ、にんじん、いんげん	お茶 かぼちゃ ボーロ

○★印は、手作りおやつです。