

日曜日	午前	昼食	午後	3色分類			エネルギー(kcal) タンパク(g) 脂質(g) 塩分(g)		
				あか	黄	みどり			
				(体をつくる・血や肉になる)	(力や体温のもとになる)	(体の調子を整える)			
1月	↑ 年始休業 ↓	 <p>あけましておめでとうございます。 今年も子どもたちの健康を願いながら、おいしい楽しい給食を目指していきます。 宜しく願いいたします。 まず今月は「七草粥」や、「おもちつき」など、お正月ならではのメニューがあります。 お楽しみに！</p>							
2火									
3水									
4木	ビスケット牛乳	バターロールパン レタスのスープ チキンのマレード煮 キャベツとコーンのサラダ	バナナ	レーズンと くるみのクッキー 牛乳	たまご、とりもも、ぎゅうにゅう	ロールパン、ごまあぶら、ごま、マレードジャム、さらだあぶら、さとう、こむぎこ、くるみ、バター、ビスケット	レタス、わかめ、キャベツ、コーン、きゅうり、たまねぎ、にんじん、バナナ、レーズン	680(672) 22.7(22) 27.3(27.3) 1.4(1.2)	
5金	ビスケット牛乳	七草粥 味噌汁 赤魚の煮つけ ひじき煮	りんご	ミルクもち 牛乳	みそ、とうふ、あかうお、ちくわ、きなこ、ぎゅうにゅう	こめ、さとう、かたくりこ、ビスケット	ななくさ、たまねぎ、だいこん、しいたけ、にんじん、ひじき、りんご	702(643) 25(25.8) 12.2(14.5) 2(1.7)	
6土	ビスケット牛乳	チキンライス 玉子スープ ひじきハンバーグ バナナ	バナナ	菓子パン 牛乳	とりひきにく、たまご、ぶたひきにく、ぎゅうにゅう	ごはん、パンこ、ジャムパン、ビスケット	にんじん、たまねぎ、さやいんげん、ブロッコリー、ひじき、バナナ	682(659) 26.6(24.3) 19.1(20) 1.7(1.3)	
8月		 <p>《成人の日》</p>							0(0) 0(0) 0(0) 0(0)
9火	ビスケット牛乳	和風スパゲッティ 豆乳スープ スペイン風オムレツ バナナ		お麩のラスク 牛乳	ベーコン、とうにゅう、ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、たまご	マカロニ・スパゲッティ、バター、さとう、ふ、ビスケット	やきのり、ほうれんそう、しめじ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、バナナ	720(686) 28.2(25.6) 30.3(28.8) 2.7(2.1)	
10水	ビスケット牛乳	《お餅つき》 餅 豚汁		フルーツヨーグルト 牛乳	きなこ、あずき、みそ、とうふ、ぶたひきにく、ヨーグルト、ぎゅうにゅう	ごはん、ごまあぶら、ビスケット	やきのり、長ねぎ、しめじ、にんじん、だいこん、パインアップルかん、みかんかん	465(454) 17.1(16.9) 13.2(15.3) 1.1(1.1)	
11木	ビスケット牛乳	バターロールパン コンソメスープ ハンバーグ ポテトのチーズ焼き	バナナ	ホットケーキ 牛乳	ベーコン、ぎゅうにゅう、たまご、ぶたひきにく、ぎゅうにゅう、チーズ	ロールパン、さとう、パンこ、バター、じゃがいも、いちごジャム、ホットケーキミックス、ビスケット	さやいんげん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、バナナ	665(663) 26(24.4) 24.9(25) 2.8(2.5)	
12金	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 さけのマヨネーズ焼き 切り干し大根の煮物	オレンジ	かぼちゃのマフィン 牛乳	みそ、とうふ、べにぎけ、ちくわ、たまご、ぎゅうにゅう	ごはん、マヨネーズ、さとう、こむぎこ、バター、ビスケット	たまねぎ、こまつな、トマト、パセリ(葉)、しいたけ、にんじん、きりぼしだいこん、オレンジ、かぼちゃ	637(599) 26.3(24.1) 18.4(19.4) 1.5(1.3)	
13土	ビスケット牛乳	二色そばろ 味噌汁 マセドアンサラダ バナナ		菓子パン 牛乳	たまご、とりひきにく、みそ、とうふ、ぎゅうにゅう	さとう、ごはん、じゃがいも、マヨネーズ、ジャムパン、ビスケット	たまねぎ、だいこん、にんじん、きゅうり、トマト、バナナ	698(669) 21.9(20.9) 18.7(19.8) 1.5(1.1)	
15月	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 れんこんのつくね揚げ ひじきのサラダ	ミニゼリー	ミルク寒天 牛乳	みそ、とうふ、とりひきにく、らんおう、ロースハム、ぎゅうにゅう	ごはん、さとう、かたくりこ、さらだあぶら、ごま、ゼリー、ビスケット	たまねぎ、だいこん、れんこん、干しいたけ、コーン、にんじん、さやえんどう、ひじき、パインアップルかん、みかんかん、かんてん	569(539) 19.4(18.4) 16.8(18.4) 1.8(1.3)	
16火	ビスケット牛乳	けんちんうどん 鶏肉の甘辛煮 さつまいものバター炒め バナナ		フレンチトースト 牛乳	とうふ、あぶらあげ、とりもも、ぎゅうにゅう、たまご	うどん、さつまいも、バター、さとう、しよぼん、ビスケット	長ねぎ、しめじ、だいこん、にんじん、バナナ	706(673) 26.5(24.5) 15.4(17.1) 3.2(2.6)	
17水	ビスケット牛乳	舞茸の炊き込みご飯 泥煮椀 ブロッコリーの塩炒め オレンジ		お好み焼 牛乳	あぶらあげ、とりひきにく、ぶたひきにく、たまご、ぎゅうにゅう	ごはん、さといも、さらだあぶら、こむぎこ、ビスケット	にんじん、まいたけ、ごぼう、しいたけ、長ねぎ、キャベツ、ブロッコリー、しめじ、コーン、オレンジ	501(491) 17.8(17.1) 10.8(13.6) 1.6(1.2)	
18木	ビスケット牛乳	バターロールパン 鶏肉のトマト煮 ジュリアンスープ バナナ		セサミクッキー 牛乳	とりもも、ベーコン、たまご、ぎゅうにゅう	ロールパン、オリーブ油、じゃがいも、ごま、バター、さとう、こむぎこ、ビスケット	トマト缶、ピーマン、にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、マッシュルーム、バナナ	692(680) 23.9(23) 26.9(26.9) 2.8(2.4)	
19金	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 たちの煮つけ 三色ナムル	りんご	ヨーグルトケーキ 牛乳	みそ、とうふ、たら、たまご、ヨーグルト、ぎゅうにゅう	ごはん、さとう、ごま、さらだあぶら、ホットケーキミックス、ビスケット	たまねぎ、だいこん、こまつな、にんじん、もやし、りんご、レモン	519(498) 27(24.5) 10.2(13) 2(1.6)	
20土	ビスケット牛乳	しらすチャーハン 豆腐とわかめのスープ 鶏つくねバーグ バナナ		ドーナツ 牛乳	たまご、ちりめんじゃこ、とうふ、みそ、とりひきにく、ぎゅうにゅう	ごまあぶら、ごはん、かたくりこ、マヨネーズ、ドーナツ、ビスケット	こねぎ、にんじん、わかめ、えのきたけ、長ねぎ、バナナ	804(789) 32(29.5) 23.1(24.6) 1.7(1.4)	
22月	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 高野豆腐入りチキンナゲット もやしのサラダ	ミニゼリー	きなこクッキー 牛乳	みそ、とうふ、チーズ、とりひきにく、こうやどうふ、あぶらあげ、きなこ、ぎゅうにゅう	ごはん、かたくりこ、オリーブ油、さとう、ごまあぶら、ゼリー、バター、こむぎこ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、もやし、きゅうり、にんじん	638(592) 26.3(23.9) 23.6(23.6) 1.6(1.3)	
23火	ビスケット牛乳	スパゲッティナポリタン 中華スープ 切り干し大根のサラダ バナナ		フルーツ寒天ゼリー 牛乳	ぎゅうにゅう、ロースハム、とうふ	マカロニ・スパゲッティ、さとう、バター、マヨネーズ、ごま、ビスケット	ピーマン、たまねぎ、しいたけ、だいこん、にんじん、トウモロコシ、きゅうり、きりぼしだいこん、バナナ、パインアップルかん、みかんかん	530(534) 13.9(14.4) 14.3(16.2) 3.1(2.6)	
24水	ビスケット牛乳	カレーライス 春雨サラダ ミニトマト 鉄分入りヨーグルト		あんだんご 牛乳	ぎゅうにゅう、ロースハム、たまご、鉄分入りヨーグルト、あずき、ぎゅうにゅう	じゃがいも、ごはん、ドレッシング、はるさめ、でんぶん、ビスケット	たまねぎ、にんじん、きゅうり、ミニトマト	649(618) 15.1(15.1) 14(16.1) 2(1.7)	
25木	ビスケット牛乳	バターロールパン クリームシチュー スパゲッティサラダ バナナ		りんごとさつまいもの ケーキ 牛乳	ぎゅうにゅう、とりひきにく、ロースハム、たまご	ロールパン、バター、こむぎこ、じゃがいも、マカロニ・スパゲッティ、マヨネーズ、さつまいも、さらだあぶら、さとう、ビスケット	さやいんげん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、バナナ、りんご	653(652) 18(18.3) 21.2(22.2) 1.3(1.1)	
26金	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 さけのムニエル 油揚げの五目煮	オレンジ	コーンフレーク クッキー 牛乳	みそ、とうふ、べにぎけ、あぶらあげ、いんげんまめ、ぎゅうにゅう	ごはん、さとう、こむぎこ、バター、じゃがいも、コーンフレーク、ビスケット	たまねぎ、だいこん、にんじん、干しいたけ、オレンジ	630(593) 22.1(20.8) 16.2(17.7) 1.8(1.4)	
27土	ビスケット牛乳	野菜煮込みうどん キャベツハンバーグ バナナ		カステラ 牛乳	たまご、ぶたひきにく、とりひきにく、ぎゅうにゅう	うどん、パンこ、さらだあぶら、バター、かすてら、ビスケット	しいたけ、にんじん、はくさい、たまねぎ、キャベツ、バナナ	603(593) 23.1(21.7) 16.5(18) 2.6(2.1)	
29月	ビスケット牛乳	ご飯 味噌汁 豚肉と野菜の炒め煮 フレンチサラダ	ミニゼリー	マカロニきなこ 牛乳	みそ、とうふ、ぶたひきにく、きなこ、ぎゅうにゅう	ごはん、ごまあぶら、さとう、さらだあぶら、ゼリー、マカロニ・スパゲッティ、ビスケット	たまねぎ、だいこん、長ねぎ、にんじん、ピーマン、しょうが、にんにく、キャベツ、きゅうり、ブロッコリー	583(549) 21.7(20.3) 19.5(20.4) 1.1(0.9)	
30火	ビスケット牛乳	煮麺 厚揚げと白菜のとりも炒め バナナ		しらすとじゃがいもの ガレット 牛乳	ロースハム、たまご、あつあげ、ちりめんじゃこ、チーズ、ぎゅうにゅう	そうめん、かたくりこ、さらだあぶら、じゃがいも、オリーブ油、ビスケット	きゅうり、たまねぎ、長ねぎ、にんじん、はくさい、バナナ	814(761) 31.1(27.9) 30.1(28.8) 5.6(4.3)	
31水	ビスケット牛乳	しらす入り炊き込みご飯 大根汁 インディアンサラダ オレンジ		おからの ソフトクッキー 牛乳	ちりめんじゃこ、ぶたひきにく、だいたんぱく、ちくわ、おから、たまご、ぎゅうにゅう	ごはん、さらだあぶら、じゃがいも、こむぎこ、さとう、ビスケット	こまつな、にんじん、ひじき、だいこん、長ねぎ、きゅうり、オレンジ	587(558) 21.9(20.5) 13.6(15.8) 2(1.8)	

※園の行事や食材の入荷状況により、献立の変更をすることがあります。  
※また、午前中のおやつやビスケットには卵成分が含まれる場合があります。ご了承ください。  
★新メニューです。楽しみにしていてくださいね！

