

日	献立名 <small>こんだて めい</small>	牛乳	赤の仲間 <small>あかのなかま</small> ちやくにくになる 血や肉になる	黄の仲間 <small>きのなかま</small> ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる	緑の仲間 <small>みどりのなかま</small> からだのちようしをとのえる 体の調子を整える	調味料 <small>ちようみりよう</small>	エネルギー kcal
17金	ごはん			米			764
	ソースチキンカツ		チキンカツ (国産)	あぶら, さとう		ソース, ケチャップ,	
	コーン卵スープ	○	たまご	かたくり粉	コーン, たまねぎ, きくらげ	しょうゆ, ガラスープ	
	れんこんきんぴら		ちくわ	さとう, ごま	れんこん, にんじん	しょうゆ, だし	
	有明のり		のり				
20月	ごはん			米			801
	かつおフライ		かつおフライ	あぶら			
	なすと豆腐のみそ汁	○	とうふ, 煮干し		なす, たまねぎ, こまつな	みそ	
	れんこんのしそ和え				れんこん, にんじん, だいこん, ゆかり		
	とうもろこし				とうもろこし		
21火	ごはん			米			874
	ピザハンバーグ	○	ハンバーグ, チーズ			ケチャップ	
	かぼちゃクリームシチュー		ベーコン, だいず, 牛乳		かぼちゃ, たまねぎ, にんじん, コーン, いんげん	シチュールーウ, コンソメ	
	おくらとわかめの酢物		わかめ, ツナ	さとう	オクラ, きゅうり, えのきたけ	す, しょうゆ	
22水	ごはん			米			868
	とうもろこし香ばし揚げ	○		あぶら	とうもろこし香ばし揚げ		
	カレー		合びき肉	じゃがいも, あぶら	たまねぎ, にんじん, トマトピューレ	カレールウ, コンソメ	
	五目サラダ		だいず, ひじき	マヨネーズ	コーン, キャベツ, れんこん		
23木	ごはん			米			842
	白身魚のとろろ焼き	○	白身魚 (バサ)	ながいも, マヨネーズ		しお	
	ポークビーンズ		ぶた肉, だいず, レッドキドニー	じゃがいも	たまねぎ, ズッキーニ, トマト, にんにく	ケチャップ, コンソメ	
	小松菜のしらす和え		しらす干し	さとう	こまつな, にんじん, しめじ	しょうゆ	
24金	食パン・イチゴジャム			パン, イチゴジャム			762
	いかフライ	○	イカフライ	あぶら			
	マカロニペペロンチーノ		ベーコン	マカロニ, あぶら	たまねぎ, ミックスベジタブル, キャベツ,	しお	
	卵サラダ		卵	コールスロードレッシング	野菜ミックス, きゅうり, ブロッコリー		
27月	ごはん			米			806
	鶏のかりん揚げ	○	とり肉	かたくり粉, あぶら, さとう, ごま	しょうが	しょうゆ	
	くずし豆腐汁		ひき肉, とうふ	さとう, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, 枝豆, しょうが, にんにく	ガラスープ, しお	
	ほうれん草ののり和え		ちくわ, のり	さとう	ほうれん草, もやし, にんじん	しょうゆ	
28火	ごはん			米			804
	焼きぎょうざ	○	ぎょうざ				
	かきたま汁		たまご	かたくり粉	たまねぎ, にんじん, こまつな	だし, しょうゆ, しお	
	豚しゃぶサラダ		ぶた肉, わかめ	玉ねぎドレッシング	もやし		
	シュークリーム			シュークリーム			
29水	コーンピラフ			米, あぶら	コーン, たまねぎ, 枝豆	コンソメ, しお	871
	ちくわウィンナー揚げ	○	ちくわ, ウィンナー, あおのり	てんぷら粉, あぶら			
	豆コンソメ汁		ベーコン, だいず, ビーンズミックス		たまねぎ, れんこん, だいこん, にんじん	コンソメ, しょうゆ	
	さつま芋のサラダ			さつま芋, マヨネーズ	にんじん, きゅうり		
30木	ごはん			米			828
	さばの照り焼き	○	さば	さとう		しょうゆ	
	じゃがいものみそ煮		ぶた肉	じゃがいも, こんにゃく, さとう	たけのこ, にんじん, たまねぎ, いんげん	だし, しょうゆ, みそ	
	チキンサラダ		鶏ささみ	ごまドレッシング	ごぼう, きゅうり, にんじん		
	ふりかけ					ふりかけ	

- ★はし、スプーンは持ってきてください。
- ★材料入荷の都合で、献立、食材の変更がある場合があります。
- ★マヨネーズは、卵不使用マヨ風ソースを使用しています。
- ★米は、佐賀県産「夢しずく」 パンは、佐賀県産小麦「春風」使用です。
- ★（ ）は既製食品の主な食材です。