

日	ごんだけ めい 献立名	牛 乳	あかのなかま 赤の仲間 ちやにくになる 血や肉になる	きのなかま 黄の仲間 ねつやちからのもとになる 熱や力の元になる	みどりのなかま 緑の仲間 からだのちうしととのえる 体の調子を整える	ちようみりょう 調味料	エネルギー kcal
26 月	ごはん	○		米			835
	チキンフレークやき		とり肉	コーンフレーク		しお	
	白菜クリームスープ		ウインナー, だいず, 脱脂粉 乳, 牛乳 ハム		はくさい, たまねぎ, にんじん, コーン, ブ ロッコリー	コンソメ, シチュールウ	
	れんこんサラダ			マヨネーズ, ごま	れんこん, にんじん, きゅうり		
27 火	炊き込みごはん	○	とり肉	米, さとう	ごぼう, にんじん	しょうゆ, だし	817
	はるまき			あぶら	はるまき		
	肉じゃが		牛肉	じゃがいも, こんにゃく, さとう	にんじん, たまねぎ, たけのこ, 枝豆	しょうゆ, だし	
	野菜のひたし		かつお節	さとう	ほうれんそう, もやし, キャベツ, にんじ ん	しょうゆ	
	ヨーグルト		ソーフルヨーグルト				
28 水	ごはん	○		米			857
	魚のタルタルチーズやき		しろみさかな, いり卵, ミック スチーズ	マヨネーズ		しお	
	かしわうどん		とり肉	うどん, さとう	たまねぎ, しょうが	しょうゆ, みりん, つゆの 素, だし	
	大根ツナサラダ		ツナ	コールスロードレッシング	だいこん, にんじん, きゅうり		
29 木	ごはん	○		米			823
	オムレツのデミソース		オムレツ		たまねぎ, マッシュルーム	デミグラスソース	
	とうがんと豆腐の卵煮		とうふ, とり肉, 卵, 煮干し	さとう, かたくり粉	とうがん, にんじん, えのきたけ, こまつ な	しょうゆ	
	芋のてんぶら			さつまいも, てんぶら粉, あぶら			
30 金	ごはん	○		米			842
	ジャージャー丼		合ひき肉, みそ	さとう, かたくり粉	たけのこ, たまねぎ, にんじん	しょうゆ, ガラスープ	
	野菜コロッケ			あぶら	野菜コロッケ		
	わかめチキンサラダ		わかめ, とり肉	ごまドレッシング	れんこん, にんじん, きゅうり		
2 月	ごはん	○		米			782
	魚の野菜あんかけ		さば	さとう, かたくり粉	たまねぎ, にんじん, きくらげ, 枝豆	だし, しょうゆ, す	
	豆腐みぞれ汁		とうふ, 油あげ, 煮干し, みそ		えのきたけ, だいこん, にんじん, ねぎ		
	ほうれん草ソテー		ベーコン		ほうれんそう, キャベツ, コーン	塩こしょう	
3 火	たきこみ豆ごはん	○	だいず, 油あげ	米, さとう	にんじん	しょうゆ, だし	786
	とり肉レモンペッパー焼		とりにく	レモン焼きオイル			
	もずく卵スープ		もずく, たまご, とうふ	ごま油	ちんげんさい, たまねぎ	ガラスープ, しょうゆ	
	スペゲティサラダ		かにかま	スペゲティ, マヨネーズ	にんじん, きゅうり		
4 水	ごはん	○		米			802
	ぶた肉のカレー天ぶら		ぶたにく	てんぶら粉, あぶら		カレー粉	
	トマトスープ		ベーコン, だいず	マカロニ	キャベツ, にんじん, たまねぎ, しめじ, ト マトピューレ	コンソメ	
	ごぼうのうの花いため		ちくわ, おから	こんにゃく, さとう	ごぼう, にんじん, たまねぎ, いんげん	だし, しょうゆ	

★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、食材の変更や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「夢しづく」です

★食材変更により年度途中で食材のアレルゲン変更があります