



個別献立【卵・乳・小麦除く】

たなばたメニュー
 ☆ひやしうどん(米粉麺)
 ほしポテト
 ☆バンバンジーサラダ
 たなばたゼリー

★エネルギー ○たんぱく質 △脂質 ◆塩分

曜日	月	火	水	木	金	土
日にち	1	2	3	4	5	6
献立	☆とうふよせ チンジャオロース みそしる ふりかけ	☆なつやさいかレー ☆きゅうりのナムル ☆のりのスープ バナナ	ぶたのしょうがやき コールスローサラダ みそしる みかん	あかうおのみそやき ひじきのいりに すましじる バナナ	★たなばたおたのしみかい	☆ポークカレー ☆やさしいスープ ☆ゼリー
材料	豆腐寄せ(豆腐、魚肉、玉ねぎ、人参) 豚肉、生姜、ピーマン、人参、もやし 玉ねぎ、筍、オクラ、小松菜 油揚げ、みそ、かつお節、ふりかけ	豚肉、かぼちゃ、人参、玉ねぎ なす、いんげん、生姜、ルウ、ねぎ にんにく、きゅうり、もやし 豆腐、のり、鶏がらスープ、バナナ	豚肉、玉ねぎ、生姜、油、キャベツ きゅうり、トマト、コーン、ドレッシング 厚揚げ、にら、みそ、かつお節 みかん缶	赤魚、みそ、砂糖、さつま揚げ ひじき、しらたき、人参、大豆 油、えのき、ほうれん草 かつお節、バナナ	米粉麺、わかめ、なると、ごま めんつゆ、きゅうり、もやし 人参、鶏肉、ドレッシング、じゃが芋 油、ゼリー(バナナ)	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ グリルピーマン、にんにく、生姜、油 ルウ、わかめ、小松菜、鶏がらスープ ゼリー
午前おやつ	☆こめこパン(卵・乳不使用)					
おやつ	とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	
栄養成分	★480 △16.4 ○19.4 ◆1.5	★498 △18.2 ○15.9 ◆1.2	★497 △9.2 ○20.5 ◆1.3	★462 △15.0 ○19.1 ◆1.4	★479 △16.3 ○17.6 ◆1.6	
日にち	8	9	10	11	12	13
献立	☆ハンバーグ ホイコーロー ☆とうふとわかめのスープ みかん	☆おこめのさかなフライ すきこんぶいため みそしる バナナ	ブルコギどんぶり おほかあえ みそしる ミニゼリー	いわしのごまみそに ☆ジャーマンポテト ☆すましじる メロン	☆ドライカレー チゲツチのスープ ☆フルーツポンチ	マーボーどんぶり ☆みそしる ☆ミニゼリー
材料	ハンバーグ(豚肉、鶏肉、玉ねぎ)、ソース 豚肉、キャベツ、ピーマン 人参、玉ねぎ、みそ、砂糖、ねぎ わかめ、豆腐、鶏がらスープ、みかん缶	ほき、じゃが芋、米粉、油、ソース すき昆布、しらたき、さつま揚げ いんげん、人参、玉ねぎ、油揚げ なす、みそ、かつお節、バナナ	豚肉、玉ねぎ、人参、もやし、にら 砂糖、みそ、ごま、片栗粉、油 小松菜、キャベツ、コーン、かつお節 里芋、ねぎ、みそ、ゼリー	いわし、みそ、砂糖、ごま じゃが芋、玉ねぎ、人参、ピーマン パセリ、小松菜、かつお節 メロン	鶏肉、玉ねぎ、人参、大豆、油 生姜、枝豆、ルウ、ソース、キャベツ 豆腐、チゲツチ、かつお節、バナナ みかん、バナナ	豆腐、豚肉、ねぎ、人参、ごま油 生姜、砂糖、片栗粉 わかめ、ほうれん草 かつお節、みそ、ゼリー
午前おやつ	☆こめこパン(卵・乳不使用)					
おやつ	☆こめこパン(卵・乳不使用) とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	シャーベット	
栄養成分	★490 △13.1 ○14.8 ◆1.5	★492 △16.9 ○19.4 ◆1.5	★495 △12.0 ○21.4 ◆1.4	★493 △14.6 ○20.5 ◆1.5	★492 △18.0 ○20.4 ◆1.1	
日にち	15	16	17	18	19	20
献立	うみのひ	☆おこめのささみカツ ☆アスパラとツチのサラダ こめこめんいりごもくじる みかん	とりのてりやき うのはないり みそしる ☆ミニゼリー	さばのカレーやき ちくぜんに みそしる バナナ	★たんじょうかいメニュー	☆チキンカレー ☆ちゅうかスープ ミニゼリー
材料		鶏肉、じゃが芋、米粉、油、ソース アスパラ、キャベツ、人参、ドレッシング ツチ、米粉麺、鶏肉、ごぼう 油揚げ、ねぎ、みかん缶	鶏肉、砂糖、醤油、おから 油揚げ、人参、ねぎ ごぼう、油、えのき、キャベツ わかめ、みそ、かつお節、ゼリー	さば、トマト、砂糖、カレー粉、鶏肉 こんにゃく、蓮根、ごぼう、人参 筍、いんげん、油、大根 なめこ、みそ、かつお節、バナナ ☆ゼリー	米粉麺、油、きゅうり、もやし わかめ、鶏肉、めんつゆ たら、砂糖、醤油、ラッパズベリー 麦茶	鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ グリルピーマン、にんにく、生姜、油 ルウ、わかめ、小松菜、鶏がらスープ ゼリー
午前おやつ						
おやつ		とうにゅう	とうにゅう	とうにゅう	☆お米マフィン(卵・乳・小麦不使用) とうにゅう	
栄養成分		★488 △10.5 ○16.4 ◆1.3	★488 △16.4 ○22.1 ◆1.3	★456 △12.0 ○20.1 ◆1.4	★490 △17.3 ○19.1 ◆1.5	
日にち	22	23	24	25	26	27
献立	☆そぼろどんぶり ☆じゃこいりサラダ みそけんちんじる ☆ゼリー	☆にざかな やさしいカレーいため ☆はるさめスープ バナナ	★土用の丑の日 さんまのかばやき ☆かいそうサラダ みそしる ミニゼリー	☆とうふよせ さといものいために みそしる みかん	☆ツナカレー なつやさしいスープ すいか	きつねどんぶり ☆みそしる りんごゼリー
材料	鶏肉、椎茸、人参、玉ねぎ、油 生姜、砂糖、グリルピーマン、コーン ブロッコリー、きゅうり、じゃこ、里芋 ドレッシング、ねぎ、みそ、ゼリー	カレー、砂糖、醤油 人参、キャベツ、豚肉、玉ねぎ にら、コーン、カレー粉、椎茸、ねぎ わかめ、春雨、鶏がらスープ、バナナ	さんま、片栗粉、油、砂糖、ごま きゅうり、もやし、人参、わかめ 鶏肉、ドレッシング、小松菜、しめじ みそ、かつお節、ゼリー	豆腐寄せ(豆腐、魚肉、玉ねぎ、人参) 里芋、鶏肉、こんにゃく、いんげん 人参、厚揚げ、にら、みそ かつお節、みかん缶	ツナ、大豆、人参、じゃが芋 生姜、にんにく、油、ルウ、ソース 玉ねぎ、キャベツ、ピーマン、キャベツ トマト、パセリ、オクラ、スチ	鶏肉、人参、糸こんにゃく、油 油揚げ、砂糖、グリルピーマン、小松菜 みそ、かつお節、ゼリー
午前おやつ			くだもの ☆とうにゅうプリン			
おやつ	とうにゅう	とうにゅう		とうにゅう	シャーベット	
栄養成分	★495 △14.2 ○24.4 ◆1.6	★483 △13.2 ○18.0 ◆1.3	★464 △16.5 ○19.4 ◆1.4	★491 △16.9 ○21.4 ◆1.3	★483 △14.7 ○15.4 ◆1.5	
日にち	29	30	31	<div data-bbox="1072 2112 1439 2442" data-label="Complex-Block"> <p>たんじょうかいメニュー ☆ひやしちゅうか (米粉麺) ☆にざかな ゼリー むぎちゃ</p> </div> <div data-bbox="1458 2126 1806 2428" data-label="Complex-Block"> <p>今月の舟形町の食材 にら アスパラガス きゅうり ピーマン なす いんげん トマト ねぎ</p> </div>		
献立	さばみそに ピーマンいため すましじる オレンジ	ぶたのバーベキューすいため やさしいごましょうゆあえ みそしる ☆ミニゼリー	☆さけのみそやき きりぼしだいこん すましじる ミニゼリー			
材料	さば、みそ、砂糖、酢、ピーマン 玉ねぎ、人参、椎茸、オクラ にら、ごま油、えのき、ほうれん草 なると、かつお節、オレンジ	豚肉、玉ねぎ、にんにく、りんご 砂糖、いんげん、もやし、人参 かつお節、ごま、なす、油揚げ みそ、かつお節、ゼリー	鮭、みそ、砂糖、パセリ 切干大根、油揚げ、人参、しらたき 枝豆、油、豆腐、三つ葉、かつお節 ゼリー			
午前おやつ			☆ゼリー			
おやつ	みかんゼリー ★てづくりおやつ	とうにゅう				
栄養成分	★485 △13.2 ○15.6 ◆1.5	★468 △14.8 ○24.1 ◆1.5	★489 △15.1 ○18.3 ◆1.3			
備考	*未満児組は完全給食でご飯はおりません。スプーン、フォークを毎日洗って清潔にし、持たせて下さい。 *栄養価の表示は、昼食+おやつ(2回分)の表記になっています。 *午前・午後2回のおやつでは、月齢に応じて内容は変更になる場合があります。 *また、午前のおやつの際は、豆乳(麦茶の場合あり)をおやつと一緒に提供します。 *ドレッシング、なると、さつま揚げ、ベーコン、カレー粉、カレールウ、鶏がらスープ、オクラは卵・乳・小麦不使用のものを使用しています。					