



たなぼたメニュー

ひやしうどん  
ほしポテト  
バンバンジーサラダ  
たなぼたゼリー



★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	あつやきたまご 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 パイン	あかうおのみそやき ひじきのいりに すましじる バナナ	★たなぼたおたのしみかい ※ごはんはいりません	ポークカレー やさいスープ ヨーグルト
材料	卵、昆布だし、砂糖、片栗粉 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、福神漬、きゅうり、もやし 豆腐、のり、中華だし、バナナ	豚肉、玉ねぎ、生姜、油、キャベツ きゅうり、トマト、ドレッシング 厚揚げ、にら、みそ、かつお節 パイン缶	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	うどん、わかめ、なると、天かす 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(パイン)	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ グリルピーズ、にんにく、生姜、油 ルウ、わかめ、小松菜、コッパ ヨーグルト
おやつ	ぱりんこ ぎゅうにゅう	ビスコ ぎゅうにゅう	コンボタせんべい ジョア	ハーベスト ぎゅうにゅう	ほしたべよ ぎゅうにゅう	おせんべい
栄養成分	★521 △19.1 ○21.9 ◆1.6	★531 △17.8 ○16.3 ◆1.5	★509 △7.7 ○23.5 ◆1.6	★515 △16.7 ○22.1 ◆1.6	★528 △17.7 ○19.6 ◆1.8	
日にち	8	9	10	11	12	13
献立	ショウロンボウ ホイコーロー とうふとわかめのスープ パイン	さけフライ すきこんぶいため みそしる バナナ	プルコギどんぶり おかかあえ 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αιのスープ フルーツヨーグルト	マーボーどんぶり みそしる チーズ
材料	鶏肉、玉ねぎ、人参、キャベツ、 小麦粉、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、中華だし、パイン	鮭、小麦粉、パン粉、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、ソース、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 バター、パセリ、小松菜、鮭 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、チゲツ菜、かつお節、パイン みかん、バナナ、ヨーグルト	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、鮭 かつお節、みそ、チーズ
おやつ	スティックパン ぎゅうにゅう	げんじパイ ぎゅうにゅう	おこげせんべい ぎゅうにゅう	ホットケーキ ぎゅうにゅう	シャーベット	クッキー
栄養成分	★542 △16.5 ○17.2 ◆1.5	★582 △19.9 ○23.5 ◆1.5	★513 △12.6 ○24.6 ◆1.5	★524 △14.6 ○22.2 ◆1.5	★568 △19.0 ○22.8 ◆1.3	
日にち	15	16	17	18	19	20
献立	うみのひ	かぼちゃコロッケ アスパラとツαιのサラダ こめこめんいりごもくじる れいとろパイ	とりのてりやき うのはないり みそしる チーズ	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 ※ごはんはいりません	チキンカレー ちゅうかスープ ミニゼリー
材料		かぼちゃ、玉ねぎ、パン粉、砂糖 小麦粉、油、ソース、アスパラ、キャベツ 人参、ツαι、ドレッシング、米粉、鶏肉 ごぼう、油揚げ、ねぎ、パイン	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、チーズ	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	中華麺、油、きゅうり、もやし わかめ、鶏肉、卵、めんつゆ 餃子(豚肉)、小麦粉、キャベツ、玉ねぎ にら、鶏肉、コッパゼリー、麦茶	鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ グリルピーズ、にんにく、生姜、油 ルウ、わかめ、小松菜、コッパ ゼリー
おやつ		ばかうけせんべい ジョア	ひこうきビスケット ぎゅうにゅう	ぼたぼたやき ぎゅうにゅう	オムレット(園社手作り) ぎゅうにゅう	おせんべい
栄養成分		★583 △11.1 ○20.1 ◆1.4	★554 △20.7 ○28.0 ◆1.6	★561 △17.7 ○24.1 ◆1.6	★555 △18.4 ○21.4 ◆1.7	
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 ヨーグルト	いかフリッター やさいかレーいため 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	オムレツ さといものいために みそしる パイン	ツナとチーズのカレー ふくじんづけ なつやさいスープ 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、グリルピーズ、卵、ソース アスパラ、きゅうり、じゃこ、里芋 ドレッシング、ねぎ、みそ、ヨーグルト	いか、小麦、片栗粉、青のり、油 人参、キャベツ、豚肉、玉ねぎ にら、ソース、カレー粉、椎茸、ねぎ わかめ、春雨、中華だし、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	卵、乳、砂糖、油、キャベツ、里芋 鶏肉、人参、こんにゃく、いんげん 厚揚げ、にら、みそ、かつお節 パイン缶	ツナ、チーズ、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、福神漬、ピーマン トマト、キャベツ、パイン、オクラ	鶏肉、人参、糸こんにゃく、油 油揚げ、砂糖、グリルピーズ、小松菜 鮭、みそ、かつお節、ゼリー
おやつ	とうにゅうクッキー ぎゅうにゅう	ソフトせんべい ぎゅうにゅう	プリン ビスケット	プリッツ ぎゅうにゅう	シャーベット	クッキー
栄養成分	★530 △14.1 ○27.7 ◆1.6	★533 △13.6 ○20.1 ◆1.4	★522 △20.7 ○21.7 ◆1.6	★538 △16.5 ○22.4 ◆1.5	★538 △13.9 ○15.9 ◆1.6	
日にち	29	30	31	<div data-bbox="1072 2058 1439 2401" data-label="Text"> <p>たんじょうかいメニュー ひやしちゅうか あげぎょうざ ゼリー むぎちゃ</p> </div> <div data-bbox="1458 2058 1806 2401" data-label="Text"> <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 ビーフンいため すましじる オレンジ	ぶたのピーマンカレーいため やさいかのごましょうゆあえ みそしる チーズ	さけのみそマヨやき きりほしだいこん すましじる ミニゼリー			
材料	さば、みそ、砂糖、酢、ビーフン 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、チーズ	鮭、みそ、マヨネーズ、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			
おやつ	ココアプリン ★てづくりおやつ	まがりせんべい ぎゅうにゅう	ヨーグルト おかし			
栄養成分	★540 △19.8 ○20.8 ◆1.6	★514 △15.6 ○27.8 ◆1.6	★531 △16.8 ○22.6 ◆1.5			
備考	<p>*お弁当(白米)とはし、おしほりを持たせて下さい。お子さんに合わせてご飯の量を調節して下さい。          *はしとおしほりは毎日洗って清潔にして持たせて下さい。          *5日は七夕お楽しみ会、19日はお誕生日会です。お弁当(白米)はいりませんが、はしとおしほりを忘れないで下さい。          *栄養価の表示は、昼食+おやつ表記になっています。          *業者の都合により、献立内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。食物アレルギーにはその都度対応いたします。</p>					