令和6年11月 献立表

南葛西第二小学校

_						南葛西第二小学校
日	曜		献立名	赤: 血や肉になる	主な使用食材 黄:熱や力の元になる	緑:体の調子を整える
			さつまいもご飯		米、さつまいも、黒ごま	
1	金	牛	鮭の西京焼き	鮭、みそ	三温糖	
	37	乳	五色和え		三温糖、油	こまつな、にんじん、もやし、キャベツ、コーン
			きのこのかきたま汁	鶏肉、たまご	でん粉	にんじん、しめじ、えのき、はくさい、ねぎ、こまつな
		4	きな粉揚げパン	きな粉	コッペパン、油、三温糖、グラニュー糖	
5	火	+	ゴマドレサラダ		白すりごま、三温糖、油	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、ブロッコリー、玉ねぎ
		乳	コーンスープ	鶏肉、牛乳、生クリーム	じゃがいも、バター、油、小麦粉、三温糖	玉ねぎ、にんじん、クリームコーン、コーン
			ご飯		米、麦	
_	1.	牛	ハンバーグ	豚ひき肉、木綿豆腐、牛乳、たまご	油、パン粉	玉ねぎ
6	水		粉ふき芋	あおのり	じゃがいも	
		,,,	卵としめじのスープ	鶏肉、たまご	でん粉	 玉ねぎ、にんじん、しめじ、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ
		,,	ハヤシライス	豚肉、生クリーム	米、麦、油、三温糖、バター、小麦粉	にんにく、しょうが、玉ねぎ、にんじん、マッシュルーム
7	木	牛	もやしとわかめのサラダ	わかめ	白ごま、三温糖、ごま油	もやし、こまつな、にんじん
'	71	乳	りんご	1373 63		りんご
				 		
		牛	海鮮あんかけ焼きそば	豚肉、いか、えび	中華めん、ごま油、油、でん粉	干し椎茸、たけのこ、チンゲンサイ
8	金	到.	ピリ辛スープ	鶏肉、木綿豆腐、わかめ	ごま油	しょうが、えのき、ねぎ、もやし、玉ねぎ、はくさいキムチ
			さつまいものごま団子		さつまいも、さとう、白玉粉、小麦粉、白ごま、油	
		#	ツナじゃこご飯	ツナ、ちりめんじゃこ	米、麦、油、三温糖、白ごま	しょうが、にんじん
11		+	豚肉と豆腐のすき焼き煮	木綿豆腐、豚肉	三温糖、油、つきこんにゃく、小町麩	ごぼう、にんじん、干し椎茸、たけのこ、はくさい、ねぎ
		乳	麩のすまし汁	鶏肉	あられ麩	えのき、にんじん、ねぎ、こまつな
			ベーコンフランスパン	ベーコン、ピザチーズ	ソフトフランスパン、油	玉ねぎ
1.0		#	フレンチサラダ	†	油、さとう	キャベツ、きゅうり、にんじん、コーン、ブロッコリー
12	火		お豆のトマト煮	 ウィンナー、鶏肉、白いんげん豆、大豆		にんにく、玉ねぎ、にんじん
			柿			柿
			キャロットライスの			
1.0	水	牛乳	クリームソースかけ	鶏肉、えび、いか、牛乳	米、麦、バター、油、小麦粉	にんじん、玉ねぎ、マッシュルーム
13			ハニーサラダ		油、じゃがいも、はちみつ	キャベツ、きゅうり、にんじん
		, 0	サイダーポンチ	1	さとう	みかん缶、桃缶、パイン缶、バナナ
			ご飯		米、麦	
	木	#	揚げ出し豆腐の肉みそがけ	木綿豆腐、みそ	小麦粉、でん粉、油、三温糖	しょうが
14			野菜の和え物	1	白ごま、三温糖、ごま油	こまつな、にんじん、大豆もやし、もやし
		30	むらくも汁	鶏肉、たまご、わかめ	じゃがいも、でん粉	干し椎茸、にんじん、玉ねぎ、はくさい、ねぎ
			★SDGs献立★	Ner 90 70 00 1070 00	0 () 3 () 0 () () ()	TOTAL COOK THE CONTROL
		4	さんまのかば焼き丼	さんま	 米、でん粉、油、三温糖、白ごま	しょうが
15	金		小松菜のおひたし	油揚げ	三温糖	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
		ナし	さつま汁	鶏肉、木綿豆腐、みそ	さつまいも	干し椎茸、ごぼう、だいこん、にんじん、ねぎ
			★小松菜一斉給食献立★	病内、不神立肉、かて	2 2 2 1 1 2	一十つ作耳、こはり、たいこん、にんしん、ねさ
	月			鶏ひき肉	业 ま ナトラ	しょうが、マキ つわ
10		牛	小松菜そぼろご飯		米、麦、さとう	しょうが、こまつな
18		乳	ししゃもの磯辺揚げ	ししゃも、あおのり	でん粉、油	
			小松菜とわかめのごま酢和え	ツナ、わかめ	白ごま、ねりごま、さとう	こまつな、キャベツ、にんじん
			豚汁	豚肉、木綿豆腐、油揚げ、みそ	じゃがいも	玉ねぎ、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ
			★食育の日献立★熊本県献立	4+ - 07 + ·	W Y	
19	火		高菜めし	焼き豚、たまご	米、油、ごま油、さとう	しょうが、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、干し椎茸、たかな漬け
			タイピーエン	豚肉、えび、いか	ごま油、緑豆はるさめ	しょうが、玉ねぎ、にんじん、たけのこ、黒きくらげ、はくさい
			いきなり団子	あずき	さつまいも、白玉粉、さとう、小麦粉	
			## AF		米、麦	
			茶飯	- 提げボール ケ輪 がんもどき		
20	-k	#	茶飯 おでん	揚げボール、竹輪、がんもどき、	板こんにゃく、竹輪ふ、さといも	だいこん
20	水	10 1	おでん	はんぺん、結び昆布		
20	水	10 1			板こんにゃく、竹輪ふ、さといも 白ごま	だいこん こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん
20	水	10 1	おでん からし醤油のおひたし みかん	はんぺん、結び昆布	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん
		乳	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯	はんべん、結び昆布かつお削り節		こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん
20		乳牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き	はんぺん、結び昆布 かつお削り節 さば	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが
		乳牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め	はんぺん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉	白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう
		乳牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな
21	木	乳牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう
21		乳牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚内 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな
21	木	1	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな
21	木	1	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんびら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな
21	木金	1	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
21	木金	牛乳 牛乳	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぶら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚内 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし
21	木金	第 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん
21	木金	第 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
21 22 25	木金月	第 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんべん汁 キムチチャーハン	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
21	木金月	第	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんべん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 米、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
21 22 25	木金月	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、だいこん、おき、こまつな
21 22 25	木金月	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、こんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
21 22 25 27	木金月水	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 米、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油 さつまいも、油、三温糖 マヨネーズ (卵なし)	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ にんにく、しょうが、下し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ
21 22 25	木金月水	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 ・大麦粉、でん粉、油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、こんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな
21 22 25 27	木金月水	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 米、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油 さつまいも、油、三温糖 マヨネーズ (卵なし)	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ にんにく、しょうが、下し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ
21 22 25 27	木金月水		おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんぺん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 米、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油 さつまいも、油、三温糖、はちみつ 米、油、三温糖 マヨネーズ (卵なし) 油、ごま油、でん粉	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん
21 22 25 27 28	木金月水木	乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛乳 牛	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め のっぺい汁	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 米、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油 さつまいも、油、三温糖、はちみつ 米、油、三温糖 マヨネーズ (卵なし) 油、ごま油、でん粉 さといも、でん粉	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ 干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、こまつな
21 22 25 27 28	木金月水木		おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんびら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんべん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め のっぺい汁 小松菜ビスキュイパン	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉 鶏肉、木綿豆腐 たまご	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 はちみつ 米、油、三温糖 マヨネーズ(卵なし) 油、ごま油、でん粉 さといも、でん粉 カパン、バター、三温糖、小麦粉、アーモンド粉	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、こまつな、はくさいもかし、にんじん、たいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、はくさいキムチ にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ 干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、こまつな いちごジャム、こまつな
21 22 25 27 28	木金月水木	第 年乳 年乳 年乳 年乳 年乳 年乳 十乳	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め のっぺい汁 小松菜ビスキュイパン ツナとチーズのサラダ	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉 鶏肉、木綿豆腐 たまご 大豆、ツナ、ダイスチーズ	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 **、麦、さとう 油、ワンタンの皮、ごま油 さつまいも、油、三温糖 マヨネーズ (卵なし) 油、ごま油、でん粉 さといも、でん粉 丸パン、バター、三温糖、小麦粉、アーモンド粉 油	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、おさ、こまつな にんじん、だいこん、なるぎ、こまつな にんじん、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ 干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、こまつな いちごジャム、こまつな にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ
21 22 25 27 28 29	木 金 月 水 木 金		おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め のっぺい汁 小松菜ピスキュイパン ツナとチーズのサラダ ポトフ	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉 鶏肉、木綿豆腐 たまご 、大豆、ツナ、ダイスチーズ 鶏肉、ウィンナー	由ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 ・ でん粉、油 ・ でんり ・ はちみつ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、おき、こまつな にんじん、だいこん、なぎ、こまつな にんじん、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ 干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、こまつな いちごジャム、こまつな にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ キャベツ、きゅうり、玉ねぎ
21 22 25 27 28	木 金 月 水 木 金	第 年乳 年乳 年乳 年乳 年乳 年乳 十乳	おでん からし醤油のおひたし みかん ご飯 さばのカレー醤油焼き じゃがいものきんぴら炒め 田舎汁 きのこうどん さつまいもとちくわの天ぷら 焼肉サラダ ★開校記念日献立★ 赤飯 鶏のから揚げ だし醤油のおひたし 紅白はんぺん汁 キムチチャーハン ワンタンスープ さつまいもチップス あさりとひじきご飯 たらのもみじ焼き キャベツのおかか炒め のっぺい汁 小松菜ビスキュイパン ツナとチーズのサラダ ポトフ ボークカレーライス	はんべん、結び昆布 かつお削り節 さば 豚肉 鶏肉、木綿豆腐 鶏肉、油揚げ 焼き竹輪 豚肉 ささげ 鶏肉 かつお削り節 鶏肉、木綿豆腐、あられはんべん 豚肉、たまご 鶏肉 ひじき、油揚げ、大豆、あさり たら 豚ひき肉 鶏肉、木綿豆腐 たまご 大豆、ツナ、ダイスチーズ 鶏肉、ウィンナー 豚肉、ヨーグルト、粉チーズ	白ごま 米、麦 油、つきこんにゃく、さとう、じゃがいも、白ごま うどん、三温糖 さつまいも、小麦粉、油 ごま油、三温糖、白ごま、油 米、もち米、黒ごま 小麦粉、でん粉、油 ・ でん粉、油 ・ でん粉、油 ・ でんお、はちみつ ・ 、油、三温糖 ・ マヨネーズ(卵なし) 油、ごま油、でん粉 さといも、でん粉 カパン、バター、三温糖、小麦粉、アーモンド粉 油、じゃがいも 米、麦、油、じゃがいも、バター、小麦粉	こまつな、はくさい、もやし、にんじん みかん しょうが にんじん、ごぼう 干し椎茸、にんじん、だいこん、はくさい、ねぎ、こまつな にんじん、ごぼう、干し椎茸、しめじ、えのき、まいたけ、ねぎ、こまつな にんにく、きゅうり、にんじん、キャベツ、もやし しょうが こまつな、はくさい、もやし、にんじん えのき、にんじん、だいこん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、ねぎ、こまつな しょうが、にんにく、にんじん、おき、こまつな にんじん、だいこん、なさいキムチ にんにく、しょうが、干し椎茸、にんじん、もやし、はくさい、ねぎ にんじん にんじん にんじん にんじん、ねぎ、キャベツ、チンゲンサイ 干し椎茸、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、こまつな いちごジャム、こまつな にんにく、玉ねぎ、にんじん、キャベツ キャベツ、きゅうり、玉ねぎ しょうが、にんにく、玉ねぎ、セロリー、にんじん