

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
3月	ちらし寿司	★たまご(国産) ★蕪しかまぼこ ★さくら(韓国) あさり(愛知)	昆布だし きざみのり 飲用牛乳	にんじん(千葉) さやえんどうz(愛知) たけのこ(国産) かぶ(千葉) ねぎ(埼玉) いちごジャム
	飲用牛乳		精白米(山形) さとう 三温糖 白玉粉	れんこん(茨城) かんにょう(乾) たけのこ(国産) かぶ(千葉) ねぎ(埼玉) いちごジャム
	餅の塩焼き あさりのお吸い物 三色だんご			
4月	セサミパン	★サケ(チリ) 調製豆乳 ★ベーコン レンズまめ(乾)	鶏ガラだし 飲用牛乳 ★ピザチーズ (国産)	セサミ食パン じゃがいも(長崎) 小麦粉 はちみつ ツイストマカロニ
	飲用牛乳		サラダ油(米) ★アーモンド (7月)	玉葱(北海道) きゅうり(栃木) もやし(栃木) キャベツ(愛知) にんにく(青森) セロリー(静岡) ぶなしめじ(長野) ★オレンジ(7月)
	錠グラタン(紙皿) ハニースラダ ジュリエンスープ 果物(オレンジ1/6)			
5月	大根飯	油揚げ(か) 生揚げ(宮城) ★おかか (鹿児島・静岡) ★ロースハム 白みそ ★サバ(ルウエ)	昆布だし(北海道) 飲用牛乳 ★くわわかめ (三陸)	精白米(山形) 玄米(島根) 三温糖 さとう
	飲用牛乳		サラダ油(米) マヨネーズ(卵無) ごま油 白ごま	にんじん(千葉) 葉ねぎ(静岡) こまつな(江戸川)
	厚揚げのお好みソース焼き もやしとまわかめの和え物 船場汁			だいこん(葉なし) キャベツ(愛知) もやし(栃木) 玉葱(北海道) しょうが(高知) えのきたけ(長野) ねぎ(埼玉)
6月	豚すき丼	★豚こま(茨城) 木綿豆腐 (7月・か) 油揚げ(か) 白みそ 赤みそ	★かつおだし 飲用牛乳 ★ちりめんじゃこ (国産)	精白米(山形) 玄米(島根) 三温糖 しらたき(群馬) でん粉 さいとも(埼玉) 板こんにゃく (群馬)
	飲用牛乳		サラダ油(米) 白ごま	にんじん(千葉) こまつな(江戸川)
	キャベツのわさび醤油和え 味噌けんちん汁 果物(美生柑1/6)			玉葱(北海道) えのきたけ(長野) はくさい(群馬) ねぎ(埼玉) キャベツ(愛知) もやし(栃木) ごぼう(青森) ★美生柑(愛媛)
7月	バイチャー(炒飯)	イカ(ベル) ★むきえび (ミヤマー) ★たまご(国産) ★ベーコン 鶏もも(茨城) レンズまめ (7月)	鶏ガラだし 飲用牛乳	精白米(山形) 玄米(島根) 三温糖 じゃがいも(長崎) さとう フンタンの皮 ビーファン(伊)
	飲用牛乳		サラダ油(米) 白ごま ★揚げ油(大豆)	赤パプリカ (ニュージーランド) ピーマン(茨城) パセリ(茨城) にんじん(千葉) チンゲンツアイ (静岡)
	バリバリサラダ クイティウ(スープ) 果物(バナナ1/2)			しょうが(高知) にんにく(青森) 玉葱(北海道) キャベツ(愛知) きゅうり(栃木) ごぼう(青森) ★バナナ(南米)
10月	ごはん	★サバ(ルウエ) ★おかか (鹿児島・静岡) ★豚こま(茨城) 生揚げ(宮城)	★かつおだし 飲用牛乳	精白米(山形) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 じゃがいも(長崎) 板こんにゃく (群馬) さいとも(埼玉)
	飲用牛乳		白ごま 白すりごま ごまねり サラダ油(米)	菜ばな(千葉) こまつな(江戸川) にんじん(千葉)
	餅のごまだれ焼き 菜の花の和え物 のっぺい汁 清見オレンジ(1/6)			しょうが(高知) キャベツ(愛知) かぶ(千葉) ホールコーン(北海道) ごぼう(青森) だいこん(神奈川) はくさい(群馬) えのきたけ(長野) ねぎ(埼玉) ★清見オレンジ(和歌山)
11月	きなこ揚げパン	★サバ(ルウエ) ★豚ひき肉(茨城) ★たまご(国産) 鶏こま(茨城) 木綿豆腐(宮城) ★冷凍まわかめ (三陸)	鶏ガラだし 飲用牛乳 めかぶわかめ	ショートニング グラニュー糖 さとう 三温糖 でん粉 つきごんにゃく (群馬) じゃがいも (長崎) フンタンの皮
	飲用牛乳		★揚げ油(大豆) サラダ油(米) ごま油 白すりごま 白ごま	こまつな(江戸川) にんじん(千葉) トウモロコシ(静岡)
	タンジューダン(卵焼き) 豆腐の中華炒め ワンタンとめかぶのスープ			しょうが(高知) 玉葱(北海道) 干し椎茸(九州) たけのこ(九州) ねぎ(埼玉) にんにく(青森) はくさい(群馬)

日	献立名	赤の仲間 血や肉になる	黄の仲間 熱や力の元になる	緑の仲間 体の調子を整える
12月	ごはん	白いんげん豆 (北海道) ★豚ひき肉(茨城) おから (7月・か) ★冷凍まわかめ (三陸) 木綿豆腐 (7月・か) 鶏ひき肉(茨城)	★かつおだし 飲用牛乳 ひじき(韓国) ★ちりめんじゃこ (国産)	精白米(新潟) じゃがいも(長崎) 三温糖 おから 小麦粉 生パン粉 (7月・か) 乾パン粉 でん粉
	飲用牛乳			にんじん(鹿児島) こまつな(江戸川) みずな(茨城)
	いんげん豆コロッケ 小松菜のからし和え 豆腐団子汁			玉葱(北海道) もやし(栃木) しょうが(高知) だいこん(神奈川) 干し椎茸(九州)
13月	焼きうどん	鶏肉もも(茨城) ★かまぼこ(7月・か) キャベツ(愛知) ★にぎす(愛知) セロリー(静岡) ★豚こま(茨城) 油揚げ(か) 白みそ	★かつおだし 飲用牛乳 きざみのり(佐賀)	冷凍うどん (北海道) 三温糖 でん粉 さとう 板こんにゃく (群馬) じゃがいも(長崎)
	飲用牛乳		サラダ油(米) ★揚げ油(大豆) ごま油 白すりごま	にんじん(鹿児島) こまつな(江戸川)
	にぎすのびり辛ソース 磯辺和え 豚汁 果物(はるか1/6)			しょうが(高知) にんにく(青森) 干し椎茸(九州) 玉葱(北海道) キャベツ(愛知) ねぎ(千葉・茨城) もやし(栃木) ごぼう(青森) だいこん(千葉) ★せとこ(愛媛)
14月	小松菜グリーンライス	★ベーコン ★豚ひき肉(茨城) 凍り豆腐 (7月・か) ★ウィンナー 大豆(北海道)	鶏ガラだし 飲用牛乳	精白米(山形) 粒麦(福井・富山・石川) 乾パン粉 三温糖 じゃがいも(長崎)
	飲用牛乳		オリーブ油 サラダ油(米) 白ごま	こまつな(江戸川) にんじん(鹿児島) 赤パプリカ (ニュージーランド) トマト缶詰(伊伊) パセリ(茨城)
	ミートローフ 大根のごまドレッシングサラダ 大豆のトマトスープ 清見オレンジ(1/6)			にんにく(青森) 玉葱(北海道) ホールコーン(北海道) キャベツ(愛知) だいこん(千葉) きゅうり(群馬) セロリー(静岡) ★清見オレンジ
17月	カレーライス	鶏肉もも(茨城) ★ベーコン イカ(ベル)	鶏ガラだし 飲用牛乳 粉寒天 ★カルピス	精白米(山形) 玄米(島根) じゃがいも (長崎) 小麦粉 三温糖 さとう
	飲用牛乳		サラダ油(米)	にんじん(鹿児島) こまつな(江戸川)
	ベーコンとコーンのサラダ 紅白サイダーポンチ			玉葱(北海道) にんにく(青森) しょうが(高知) マッシュルーム(山形) キャベツ(愛知) ホールコーン(伊) ★いちご(茨城) O ★日本なし(山梨)
18月	つなツナパン	★まぐる缶詰 大豆(北海道) ★ベーコン レンズまめ(7月) 飲用牛乳	鶏ガラだし ★波型チーズ (オーストラリア・ニュージーランド) ★パセリ 飲用牛乳	胚芽パン じゃがいも(長崎) さとう シェルマカロニ
	飲用牛乳		マヨネーズ(卵無) ★アーモンド (7月) サラダ油(米)	こまつな(江戸川) にんじん(鹿児島)
	アーモンドじゃがサラダ マカロニスープ			玉葱(北海道) きゅうり(群馬) にんにく(青森) セロリー(静岡) ぶなしめじ(長野) キャベツ(愛知)
21月	ごはん	★おかか (鹿児島・静岡) 鶏ひき肉(茨城) 木綿豆腐 (7月・か) ★たまご(国産) ★冷凍まわかめ (三陸) ★ボンレスハム 油揚げ(か) 白みそ 赤みそ	★かつおだし 飲用牛乳 ★ちりめんじゃこ (国産)	精白米(山形) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 生パン粉 でん粉 じゃがいも(長崎) こんにゃく(群馬)
	飲用牛乳		ごま油 白ごま油 ★揚げ油(大豆) サラダ油(米)	こまつな(江戸川) にら(栃木) にんじん(鹿児島)
	ごまじゃこ小松菜ふりかけ 飲用牛乳 とり肉と豆腐のつくね揚げ 茎わかめと切り干しの しやしやしやき和え 根菜のみそ汁			しょうが(高知) 玉葱(北海道) 切干しだいこん(宮崎) きゅうり(群馬) もやし(栃木) 干し椎茸(九州) ごぼう(青森) だいこん(千葉) はくさい(群馬) ぶなしめじ(長野) ねぎ(埼玉)
24月	豆腐とえびのうま煮丼	★豚こま(茨城) ★むきえび (ミヤマー) あさり(愛知) 木綿豆腐(宮城) ★ボンレスハム 豆乳	鶏ガラだし 飲用牛乳 粉寒天 ★牛乳 調理用	精白米(山形) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 でん粉 緑豆はるさめ(伊) さとう
	飲用牛乳		サラダ油(米) ごま油 白ごま サラダ油(米) ★アーモンド エッセ	にんじん(徳島) こまつな(江戸川)
	中華サラダ いちご杏仁			しょうが(高知) にんにく(青森) 干し椎茸(九州) たけのこ(国産) 玉葱(北海道) はくさい(群馬) キャベツ(愛知) もやし(栃木) きゅうり(埼玉) ★いちご(茨城)