

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) ★蒸しかまぼこ ★さくら(韓国) あさり(愛知)	昆布だし きざみのり 飲用牛乳	れんこん(茨城) かびょう(乾) 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	にんじん(千葉) さやえんどうz(愛知) 葉ねぎ(青森) こまつな(江戸川)
	餅の塩焼き あさりのお吸い物 三色だんご		白ごま サラダ油(米)	
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)	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月か)
	飲用牛乳		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	ごまつな(江戸川) にんじん(千葉)
	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)		サラダ油(米) ★アーモンド (7月か)	
5月	大根飯	油揚げ(7月か) 生揚げ(宮城) ★おかか (鹿児島・静岡) ★ロースハム 白みそ ★サバ(7月か)	昆布だし(北海道) 飲用牛乳 ★くわわかめ (三陸)	だいこん(茨城) キャベツ(愛知) もやし(栃木) 玉葱(北海道) えのきたけ(長野) ねぎ(埼玉)
	飲用牛乳		精白米(山形) 玄米(島根) 三温糖 さとう	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		サラダ油(米) マヨネーズ(卵無) ごま油 白ごま	
6月	豚すき丼	★豚こま(茨城) 木綿豆腐 (7月か・7月か) 油揚げ(7月か) 白みそ 赤みそ	★かつおだし 飲用牛乳 ★ちりめんじゃこ (国産)	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)
	飲用牛乳		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)	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)		サラダ油(米) 白ごま	
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月か)	鶏ガラだし 飲用牛乳	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)
	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 ピーファン(9月)	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)		サラダ油(米) 白ごま ★揚げ油(大豆)	
10月	ごはん	★サバ(7月か) ★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	しょうが(高知) キャベツ(愛知) かぶ(千葉) ポールジョフ(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)
	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)	にんじん(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)		白ごま 白すりごま ごまねり サラダ油(米)	
11月	きなこ揚げパン	★サバ(7月か) ★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	しょうが(高知) 玉葱(北海道) 干し椎茸(九州) たけのこ(国産) ねぎ(埼玉) にんにく(青森) はくさい(群馬)
	飲用牛乳		精白米(山形) 粒麦(福井・富山・石川) 三温糖 でん粉 つぎこんにゃく (群馬) じゃがいも (長崎) フンタンの皮	ごまつな(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) 豆苗の中華炒め ワンタンとめかぶのスープ		★揚げ油(大豆) サラダ油(米) ごま油 白すりごま 白ごま	

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・7月か) ★冷凍まわかめ (三陸) 木綿豆腐 (7月か・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)	れんこん(鹿児島) こまつな(江戸川) みずな(茨城)
	飲用牛乳		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・7月か) 乾パン粉 でん粉	
	いんげん豆コロッケ 小松菜のからし和え 豆腐団子汁		白いんげん豆 (北海道) ★かまぼこ(7月か・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(7月か) 白みそ	
13月	焼きうどん	鶏肉もも(茨城) ★かまぼこ(7月か・7月か) ★キャベツ(愛知) ★にぎす(愛知) ★冷凍まわかめ (三陸) ★豚こま(茨城) 油揚げ(7月か) 白みそ	★かつおだし 飲用牛乳 きざみのり(佐賀)	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)
	飲用牛乳		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)	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)		鶏ガラだし 飲用牛乳	
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・7月か) ★ウィンナー 大豆(北海道)	鶏ガラだし 飲用牛乳	しょうが(高知) にんにく(青森) 玉葱(北海道) えのきたけ(長野) ねぎ(埼玉)
	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)	にんじん(鹿児島) こまつな(江戸川)
	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)		オリーブ油 サラダ油(米) 白ごま	
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	玉葱(北海道) にんにく(青森) しょうが(高知) キャベツ(愛知) ホールノン(9月) ★いちご(茨城) ★日本なし(山梨)
	飲用牛乳		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	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		サラダ油(米)	
18月	つなツナパン	★まぐろ缶詰 大豆(北海道) ★ベーコン レンズまめ (7月か)	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) ★ベーコン レンズまめ (7月か) 飲用牛乳	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)
	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	ごまつな(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		マヨネーズ(卵無) ★アーモンド (7月か) サラダ油(米)	
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・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(7月か) 白みそ 赤みそ	★かつおだし 飲用牛乳	しょうが(高知) 玉葱(北海道) 切干しいちご(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)
	飲用牛乳		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)	にんじん(鹿児島) こまつな(江戸川) 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 まわかめと切り干しの しやしやしやき和え 根菜のみそ汁		ごま油 白ごま油 ★揚げ油(大豆) サラダ油(米)	
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	しょうが(高知) 玉葱(北海道) 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)
	飲用牛乳		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(9月) さとう	にんじん(徳島) こまつな(江戸川)
	中華サラダ いちご杏仁		サラダ油(米) ごま油 白ごま サラダ油(米) ★アーモンド エッセ	