



ひづけ	こんだてめい		ざいりようめい(ひる)			ひづけ	こんだてめい		ざいりようめい(ひる)		
	ちゆうしよく	おやつ	あか	き	みどり		ちゆうしよく	おやつ	あか	き	みどり
1	ごはん ★はんぱーぐけちやぶに ★ふーちゃんぶるー だいこんときゅうりのごまあえ とうふのみそしる	★まーまれーどすこーん	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	16	みーとすばげてい ぶろっこりーそてー ほうれんそうのこんそめすーぶ	わかめおにぎり		たまねぎ にんじん びーまん ほうれんそう とまとかん	
2	ごはん さかなのやさいあんかけ ★じゃーまんぼとと こどものひでぎーと そうめんじる	★やきどーなつ(とうにゆう)	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	17	ごはん しろみざかなふらい あおなとかのいためもの ★ぼてとさらだ しいたけのみそしる	★ちーずまふいん		ちんげんさい にんじん はくさい たまねぎ きゅうり しいたけ ねぎ	
3	<p>けんぽうきねんび</p>					18	ちゆうかどん はるまき とうふのすましじる	★みにちよこぼん		たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ いんげん ねぎ	
4	<p>みどりのひ</p>					20	ごはん ぶたにくのぶるこぎいため とうがらうぶしー じゃがいものみそしる	かりんとうまんじゅう(2こ)		たまねぎ にんじん びーまん しいたけ いんげん とうがら にら	
6	<p>ふりかえきゅうじつ</p>					21	なめしごはん ★ほきのてんぶら ★かれーふうみぼとそてー きやべつのごまあえ だいこんのすましじる	☆ぴざとーすと		たまねぎ にんじん いんげん きやべつ きゅうり だいこん	
7	かれーらいす ひとくちささみふらい おくらのおかかあえ	★ばーむくーへん	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	22	ごはん ちきんのてりやき ★ごーやーちゃんぶるー ぱいんかん ★ほうれんそうのちゆうかすーぶ	★たこやき(3こ)		ごーやー たまねぎ にんじん はいんかん ほうれんそう	
8	あわごはん さばのしおやき ★とうがらのそぼろあんかけ ★すばげていさらだ えのきのすましじる	りんごぜりー	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	23	★おきなわそば うむくじてんぶら ★ひじきのふれんちあえ	いなりずし		ねぎ きゅうり	
9	ごはん ★ちーずめんちかつ くーぶいりちー もやしのごますあえ こまつなのみそしる	★ちよこぼなけーき	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	24	ごはん いわしのうめに ごもくきんびら ★こーるすろーさらだ たまねぎのみそしる	★ぶらうにー		ごほう にんじん れんこん きやべつ きゅうり とうもろこし たまねぎ	
10	ごはん ちきんとまとそーすに ★きりほしだいこんのちやぶちえふういため きやべつのごんそめすーぶ	★こくとうむしばん	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	25	たこらいす ★ちくわのいそべあげ はるさめのちゆうかふうすーぶ	★みにくりーむばん		たまねぎ にんじん とうもろこし ぐりんびーす とまとかん れたす ほうれんそう	
11	まーぼーどん だいこんのあまずあえ ★たまごのちゆうかふうすーぶ	★みにめろんばん	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	27	むぎごはん ほきのさいきょうやき ちきなーいため ★まかろにさらだ とうがらのすましじる	★みにあめりかんどつ(2ほん)		からしな にんじん たまねぎ きゅうり とうもろこし とうがら ねぎ	
13	ごはん ★とうふかつ ★にんじんしりしりー なっとうみそ だいこんのすましじる	★ちよこちつぷすこーん	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	28	ごはん いかのりまきあげ ちくぜんに ★きゅうりとかにかまのさらだ さいいのみそしる	★ちーずすこーん		しいたけ にんじん れんこん いんげん にんじん こんにやく きゅうり さいいも ながねぎ	
14	ごはん ★すぶた かぼちゃのもの きゅうりのおかかあえ きやべつちゆうかふうすーぶ	たんなーふあつくるー	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	29	ごはん ★かぼちゃころつけ ぱぱいやいりちー ★いなむどうち	★きやらめるくつきー		ほはいや にんじん にら こんにやく だいこん しいたけ	
15	ごはん しょうがやき がんものかれーそーすあんかけ みかかん ごぼうのみそしる	★ういんなーろーる	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに ★はんぱーぐけちやぶに	30	ごはん ちんじやおろーすふういため だいこんぐず ゆしどうふ	くずもち(4こ)		ひーまん にんじん たまねぎ たけのこ まいたけ だいこん ねぎ	
	※ざいりよう、てんき、そのたのつごうにより、 こんだてをへんこうするばあいがあります。 ★あれるぎーしよくひん(たまごにゆうせいひんしょう)					31	ごはん ちきんのあまずあんかけ ★びーふんそてー もやしのちゆうかあえ しいたけのすましじる	★まどれーめ		きやべつ にんじん ひーまん もやし しいたけ	

日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品	日曜	献立名	代替献立	おやつ 代替品
1 水	ごはん ★ハンバーグのケチャップ煮 ★麩チャンプルー 大根と胡瓜のごまあえ 豆腐のみそ汁	(乳) ハンバーグケチャップ煮 ⇒ 乳抜きハンバーグ (卵) 麩チャンプルー ⇒ 卵抜き	☆マーメレードスコーン 乳抜きマーメレードスコーン	16 木	ミートスパゲティ ブロッコリーソテー ほうれん草のコンソメスープ		わかめおにぎり
2 木	ごはん 魚の野菜あんかけ ★ジャーマンポテト 子どもの日デザート そうめん汁	(卵・乳) ジャーマンポテト ⇒ ベーコン抜き	★焼きドーナツ(豆乳) 卵乳抜きホットケーキ	17 金	ごはん 白身魚フライ 青菜とイカの炒め物 ★ポテトサラダ 椎茸のみそ汁	(卵・乳) ポテトサラダ ⇒ 白ハム抜き、マヨドレ使用	★チーズマフィン 卵乳抜きチーズマフィン
3 金	 <h2 style="color: purple;">憲法記念日</h2>			18 土	中華丼 春巻き 豆腐のすまし汁		★ミニチョコパン ジャムパン
4 土	 <h2 style="color: green;">みどりの日</h2>			20 月	ごはん 豚肉のブルコギ炒め 冬瓜ンブシー ジャガイモのみそ汁		かりんとう饅頭(2個)
6 月	 <h2 style="color: orange;">振替休日</h2>			21 火	なめしご飯 ★ホキの天ぷら ★カレー風味ポテトソテー キャベツの胡麻和え 大根のすまし汁	(卵) ホキの天ぷら ⇒ 卵不使用衣 (卵・乳) カレー風味ポテトソテー ⇒ ベーコン抜き	☆ピザトースト 乳抜きピザトースト
7 火	カレーライス 一口さみフライ オクラのおかか和え		★バームクーヘン 卵乳抜きホットサンド	22 水	ごはん チキンの照り焼き ★ゴーヤーチャンプルー パン缶 ★ほうれん草の中華スープ	(卵・乳) ゴーヤーチャンプルー ⇒ ベーコン・卵抜き、ツナ追加 (卵・乳) ほうれん草の中華スープ ⇒ カニカマ抜き	★たこ焼き(3個) 卵抜きヒラヤーチー
8 水	あわごはん サバの塩焼き ★冬瓜のそぼろあんかけ ★スパゲティサラダ えのきのすまし汁	(卵・乳) 冬瓜のそぼろあんかけ ⇒ カニカマ抜き (卵・乳) スパゲティサラダ ⇒ 白ハム抜き・ツナ追加、マヨドレ使用	りんごゼリー	23 木	★沖縄そば うむじ天ぷら ★ひじきのフレンチ和え	(卵) 沖縄そば ⇒ 大丸かまぼこを竹小町へ (乳) ひじきのフレンチ和え ⇒ 白ハム抜き、ツナ追加	いなりずし
9 木	ごはん ★チーズメンチカツ クービリチー もやしのごま酢和え 小松菜のみそ汁	(卵・乳) チーズメンチカツ ⇒ 手作りメンチカツ	☆チョコバナナケーキ 乳抜きチョコバナナケーキ	24 金	ごはん イワシの梅煮 五目きんぴら ★コールスローサラダ 玉ねぎのみそ汁	(卵・乳) コールスローサラダ ⇒ 白ハム抜き、マヨドレ使用	★ブラウニー 卵乳抜きブラウニー
10 金	ごはん チキンのトマトソース煮 ★切干大根のチャプチェ風炒め キャベツのコンソメスープ	(卵) 切干大根のチャプチェ風炒め ⇒ 錦糸卵抜き	★黒糖蒸しパン 乳抜き黒糖蒸しパン	25 土	タコライス ★ちくわの磯辺揚げ 春雨の中華風スープ	(卵) 竹輪の磯辺揚げ ⇒ 卵不使用衣	★ミニクリームパン ジャムパン
11 土	マーボー丼 大根の甘酢和え ★卵の中華風スープ	(卵) 卵の中華風スープ ⇒ 卵抜き	★ミニメロンパン ジャムパン	27 月	麦ごはん ホキの西京焼き チキナー炒め ★マカロニサラダ 冬瓜のすまし汁	(卵・乳) マカロニサラダ ⇒ 白ハム抜き、マヨドレ使用	★ミニアメリカンドック(2本) 卵乳抜きアメリカンドック
13 月	ごはん ★豆腐カツ ★にんじんシリシリ 納豆味噌 大根のすまし汁	(卵) 豆腐カツ ⇒ 豚ロース串カツ (卵・乳) にんじんシリシリ ⇒ 卵・ウィンナー抜き、ツナ追加	☆チョコチップスコーン 乳抜きスコーン	28 火	ごはん イカ海苔巻き揚げ 筑前煮 ★胡瓜とカニカマサラダ 里芋のみそ汁	(卵・乳) 胡瓜とカニカマサラダ ⇒ カニカマ抜き	★チーズスコーン 乳抜きチーズスコーン
14 火	ごはん ★酢豚 かぼちゃの煮物 きゅうりのおかか和え 玉ねぎの中華風スープ	(卵) 酢豚 ⇒ 卵無し衣	タンナーファッフル	29 水	ごはん ★かぼちゃコロッケ パパイアイリチー ★イナムドウチ	(乳) かぼちゃコロッケ ⇒ ポテトコロッケ (卵) イナムドウチ ⇒ カステラかまぼこ抜き	☆キャラメルクッキー 乳抜きクッキー
15 水	ごはん しょうが焼き がんものカレーソースあんかけ ミカン缶 ごぼうのみそ汁		☆ウィンナーロール 乳抜きウィンナーロール	30 木	ごはん チンジャオロース風炒め 大根くず煮 ゆし豆腐		くずもち(4個)
				31 金	ごはん チキンの甘酢あんかけ ★ビーフソテー もやし中華和え 椎茸のみそ汁	(卵・乳) ビーフソテー ⇒ ベーコン抜き、ツナ追加	★マドレーヌ 卵乳抜きマドレーヌ

※材料・天気・その他の都合により、献立を変更する場合があります。

★アレルギー食品(卵・乳製品使用)