

| 日  | 曜 | にじ・そよかぜ<br>朝おやつ | 種                                                                                   | 献立                       |                                | 給食カロリー | 3時のおやつ |           | おやつ<br>カロリー |
|----|---|-----------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------------|--------|--------|-----------|-------------|
| 1  | 土 | おせんべい<br>ビスケット  | 麺                                                                                   | ミートスパゲティ 野菜スープ フルーツヨーグルト |                                | 352    | 牛乳     | あずきスコーン   | 181         |
| 3  | 月 | おせんべい<br>ビスケット  |    | ごはん                      | タンドリーチキン 五目大豆煮 みそ汁             | 395    | 牛乳     | 水ようかん     | 155         |
| 4  | 火 | バナナ             | 炒                                                                                   | ごはん                      | 厚揚げのみそ炒め コーンフレークサラダ スープ        | 417    | 牛乳     | 小松菜おにぎり   | 233         |
| 5  | 水 | おせんべい<br>ビスケット  | 揚                                                                                   | ごはん                      | チキンカツ ごぼうの土佐煮 みそ汁              | 400    | 牛乳     | きなこラスク    | 200         |
| 6  | 木 | 魚肉ソーセージ         | 焼                                                                                   | ごはん                      | カレイのチーズピカタ 和風サラダ 豆乳スープ         | 380    | 牛乳     | 大学芋       | 226         |
| 7  | 金 | おせんべい<br>ビスケット  | 焼                                                                                   | ごはん                      | 豚肉の生姜焼き 里芋のごまみそ和え みそ汁          | 384    | 牛乳     | マドレーヌ     | 235         |
| 8  | 土 | おせんべい<br>ビスケット  | 麺                                                                                   | ちゃんぽん 塩こぶ和え バナナ          |                                | 383    | 牛乳     | チーズまんじゅう  | 202         |
| 10 | 月 | バナナ             | 焼                                                                                   | ごはん                      | 鶏肉のみそだれ焼き 切干大根煮 すまし汁           | 374    | 牛乳     | おふラスク     | 202         |
| 11 | 火 | 建国記念日           |                                                                                     |                          |                                |        |        |           |             |
| 12 | 水 | おせんべい<br>ビスケット  | 丼                                                                                   | ビビンバ丼 ばんさんす スープ          |                                | 382    | 牛乳     | プリン       | 233         |
| 13 | 木 | 魚肉ソーセージ         | 煮                                                                                   | ごはん                      | 煮込ミールとボール ブロッコリーとソーセージのサラダ スープ | 436    | 牛乳     | 人参ジャムサンド  | 233         |
| 14 | 金 | おせんべい<br>ビスケット  | 揚                                                                                   | ごはん                      | すり身あげ 茎わかめの炒り煮 みそ汁             | 384    | 牛乳     | ココアマフィン   | 250         |
| 15 | 土 | おせんべい<br>ビスケット  | 汁                                                                                   | ドライカレー 野菜スープ フルーツヨーグルト   |                                | 380    | 牛乳     | ホットケーキ    | 230         |
| 17 | 月 | バナナ             | 煮                                                                                   | ごはん                      | すき焼き風煮 もやしゴマネーズ みそ汁            | 363    | 牛乳     | あげパン      | 227         |
| 18 | 火 | おせんべい<br>ビスケット  | 焼                                                                                   | ごはん                      | あじのガーリック焼き 炒り豆腐 みそ汁            | 369    | 牛乳     | 黒糖ビスケット   | 194         |
| 19 | 水 | おせんべい<br>ビスケット  | 汁                                                                                   | カレーライス ごま酢和え スープ         |                                | 418    | 牛乳     | ふかしいも     | 200         |
| 20 | 木 | 魚肉ソーセージ         | 煮                                                                                   | ごはん                      | さばのみそ煮 青菜とコーンの和え物 すまし汁         | 377    | 牛乳     | かぼちゃスコーン  | 235         |
| 21 | 金 | おせんべい<br>ビスケット  | 汁                                                                                   | ごはん                      | 団子汁 ちくわのいそべ揚げ 果物               | 425    | 牛乳     | バナナカップケーキ | 231         |
| 22 | 土 | おせんべい<br>ビスケット  | 麺                                                                                   | 焼きそば ごま和え スープ            |                                | 360    | 牛乳     | フレンチトースト  | 234         |
| 24 | 月 | 振替休日            |                                                                                     |                          |                                |        |        |           |             |
| 25 | 火 | おせんべい<br>ビスケット  |  | ごはん                      | からあげ ポテトサラダ コーンかき玉汁            | 410    | 牛乳     | 人参まるぼうろ   | 123         |
| 26 | 水 | おせんべい<br>ビスケット  | 炒                                                                                   | ごはん                      | 豚肉と野菜の華風炒め 納豆和え みそ汁            | 352    | 牛乳     | 金時煮豆      | 215         |
| 27 | 木 | 魚肉ソーセージ         | 焼                                                                                   | ごはん                      | 鮭の照り焼き ひじきの炒り煮 豚汁              | 414    | 牛乳     | お好み焼き     | 250         |
| 28 | 金 | おせんべい<br>ビスケット  | 汁                                                                                   | ハヤシライス ビーンズサラダ スープ       |                                | 414    | 牛乳     | スキム蒸しパン   | 229         |

 は、お誕生日会メニューです。

※献立は仕入れなどにより内容や曜日が変更することがあります。ご了承ください。

※お誕生会は、誕生月のこども達によるリクエストメニューで人気のあるメニューです。同じメニューが続く場合がありますが  
何卒ご了承ください。