



日	献立名	主 な 材 料		
		血や肉になる	働く力になる	体の調子をととのえる
1 (水)	鶏肉のすき焼き風煮	とりにく やきどうふ	いとこんにやく	はくさい たまねぎ にんじん ほししいたけ
	マカロニサラダ	ハム	マカロニ マヨネーズ	きゅうり キャベツ
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
2 (木)	鶏肉の照り焼き	とりにく		
	ブロッコリー		マヨネーズ	ブロッコリー
	中華スープ ごはん 牛乳	ベーコン わかめ ぎゅうにゅう	こめ	はくさい にんじん もやし
3 (金)	サケの塩焼き	さけ		
	菜の花和え	たまご		ほうれんそう もやし
	豚汁 ごはん 牛乳	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こんにやく こめ	にんじん はくさい だいこん ごぼう
6 (月)	ハヤシライス	ぶたにく	こめ	たまねぎ にんじん グリンピース
	コーンサラダ	ハム		キャベツ きゅうり コーン
	月見デザート 牛乳	ぎゅうにゅう	つきみデザート	
7 (火)	鶏肉のチャイニーズ	とりにく	あぶら かたくりこ	
	ボイルキャベツ		マヨネーズ	キャベツ
	コンソメスープ ごはん 牛乳	ベーコン ぎゅうにゅう	こめ	えのき もやし にんじん
8 (水)	豚肉とじゃがいもの金平	ぶたにく	じゃがいも いとこんにやく	たまねぎ にんじん ごぼう
	キャベツの酢の物	わかめ		きゅうり キャベツ
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
9 (木)	キムチチャーハン	ぶたにく たまご	こめ	キムチ にんじん ねぎ
	大根とブロッコリーのサラダ	かつおぶし		だいこん ブロッコリー
	わかめスープ 牛乳	わかめ ぎゅうにゅう		もやし ねぎ
10 (金)	サバの梅煮	さば		うめぼし
	ほうれん草のおかかあえ	かつおぶし		ほうれんそう もやし
	すまし汁 ごはん 牛乳	とうふ ぎゅうにゅう	こめ	たまねぎ えのき
13 (月)	スポーツの日			
14 (火)	野菜のかきあげ	たまご	こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ かぼちゃ
	キャベツのゆかりあえ			キャベツ
	ニラ玉スープ ごはん 牛乳	たまご ぎゅうにゅう	こめ	にんじん たまねぎ にら
15 (水)	ビビンバ丼	ぶたにく	こめ ごま	ほうれんそう もやし にんじん しょうが
	クッパスープ	たまご		にんじん たまねぎ
	菓物(バナナ) 牛乳	ぎゅうにゅう		バナナ
16 (木)	厚揚げのみそ炒め	あつあげ ぶたにく		にんじん キャベツ ビーマン たまねぎ もやし
	ポテトサラダ	ハム	じゃがいも マヨネーズ	にんじん きゅうり
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
17 (金)	とり肉のから揚げ	とりにく	かたくりこ あぶら	
	ほうれん草のごまあえ		ごま	ほうれんそう もやし
	みそ汁 ごはん 牛乳	わかめ ぎゅうにゅう	こめ	たまねぎ しめじ だいこん
20 (月)	チキンカツ	とりにく たまご	パンこ あぶら	
	ボイルキャベツ		マヨネーズ	キャベツ
	けんちん汁 牛乳 ごはん	とりにく とうふ ぎゅうにゅう	こんにやく こめ	だいこん にんじん はくさい
21 (火)	焼きそば	ぶたにく エビ	ちゅうかめん	キャベツ ビーマン にんじん もやし
	わかめごはん	わかめ	こめ	
	中華スープ 牛乳	ベーコン わかめ ぎゅうにゅう		もやし にんじん たまねぎ
22 (水)	秋の香ごはん	とりにく	さつまいも こめ	にんじん しめじ ほししいたけ
	ちくわの天ぷら	ちくわ たまご	こむぎこ あぶら	
	すまし汁 ごはん 牛乳	わかめ ぎゅうにゅう	こめ	はくさい しめじ
23 (木)	鶏肉の大豆煮込み	とりにく だいず	さつまいも かたくりこ あぶら	にんじん ほうれんそう しょうが
	和風サラダ	ツナ		きゅうり にんじん キャベツ
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
24 (金)	肉じゃが	ぶたにく	じゃがいも いとこんにやく	にんじん たまねぎ
	アジフライ	アジフライ	あぶら	
	かきたま汁 牛乳 ごはん	たまご ぎゅうにゅう	こめ	もやし ねぎ
27 (月)	麻婆豆腐	ぶたミンチ とうふ		たまねぎ ほししいたけ グリンピース にんにく しょうが
	コールスローサラダ	たまご	マヨネーズ	キャベツ ブロッコリー
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
28 (火)	ジビエケチャップライス	ジビエソーセージ	こめ	たまねぎ にんじん コーン グリンピース
	フレンチサラダ	ハム		キャベツ きゅうり
	ジャーマンスープ 牛乳	ベーコン ぎゅうにゅう	じゃがいも	たまねぎ にんじん
29 (水)	ぶりの照り焼き	ぶり		
	ナムル		ごま	もやし にんじん ほうれんそう
	みそ汁 ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	たまねぎ えのき
30 (木)	豚肉の柳川風煮	ぶたにく たまご		にんじん たまねぎ ごぼう
	平天の和え物	ひらてん		ほうれんそう もやし
	ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ	
31 (金)	かぼちゃのクリームシチュー	とりにく		かぼちゃ にんじん たまねぎ しめじ コーン
	ツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	きゅうり にんじん キャベツ
	ゼリー ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	ゼリー(ストロベリー) こめ	



献立名のところにこのイラストのどちらかが入っている日は古座川ジビエを使用しています。

※仕入れの都合により献立が変更する場合があります。