

日	曜日	献立名	赤の食品	黄色の食品	緑の食品	
			血や肉になる	働く力になる	体の調子を整える	
1	水	遠足予備日				
2	木	きつねうどん	かまぼこ あぶらあげ	うどん	ねぎ	
		ゆかりごはん		こめ	ゆかり	
		和風サラダ 牛乳	ツナ ぎゅうにゅう		だいこん にんじん キャベツ	
3	金	憲法記念日				
6	月	こどもの日振替休日				
7	火	厚揚げのみそ炒め	あつあげ		にんじん キャベツ ピーマン たまねぎ	
		かぼちゃサラダ	ハム	マヨネーズ	かぼちゃ きゅうり	
		かしわもち ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ		
8	水	チンジャオポーク	ぶたにく		ピーマン にんじん キャベツ たけのこ	
		春雨サラダ	ハム たまご	はるさめ	きゅうり もやし	
		五目スープ ごはん 牛乳	ベーコン とうふ ぎゅうにゅう	こめ	にんじん キャベツ たまねぎ	
9	木	とり肉のレモン煮	とりにく	あぶら		
		高野豆腐の卵とじ	たまご こうやどうふ		にんじん いんげん	
		キャベツのおかか和え ごはん 牛乳	かつおぶし	ごはん	キャベツ	
10	金	キーマカレー	あいびきにく	こめ	にんじん ピーマン たまねぎ	
		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	
		ゼリー 牛乳		ゼリーのもと		
13	月	ひじきとコーンのかき揚げ	ひじき ハム たまご	あぶら	コーン	
		キャベツのゆかり和え			キャベツ ゆかり	
		けんちん汁 ごはん 牛乳	とりにく とうふ ぎゅうにゅう	こんにゃく こめ	にんじん はくさい だいこん	
14	火	鶏肉香草焼き	とりにく 粉チーズ あおのり	ばんこ		
		ボイルキャベツ		マヨネーズ	キャベツ	
		豚汁 ごはん 牛乳	ぶたにく とうふ ぎゅうにゅう	こんにゃく こめ	にんじん はくさい だいこん ごぼう	
15	水	塩さば	さば			
		筑前煮	とりにく	こんにゃく	にんじん だいこん ほししいたけ	
		すまし汁 ごはん 牛乳	わかめ	ふ こめ	えのき	
16	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	
		大根とブロッコリーのサラダ	かつおぶし のり		だいこん ブロッコリー	
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ		
17	金	クリームシチュー	ぶたにく	じゃがいも	たまねぎ にんじん	
		フレンチサラダ	ハム		キャベツ きゅうり	
		フルーツポンチ 食パン 牛乳	ぎゅうにゅう	しらたまこ パン	みかん りんご パナナ	
20	月	親子丼	とりにく たまご	こめ	にんじん たまねぎ ねぎ	
		カニカマサラダ	カニカマ	マヨネーズ	きゅうり キャベツ	
		みそ汁 牛乳	わかめ とうふ ぎゅうにゅう	こめ	しめじ	
21	火	ペニスコロッケ	しかひきにく たまご	じゃがいも パンこ こむぎこ あぶら	にんじん たまねぎ	
		白菜のごま和え		ごま	はくさい もやし にんじん	
		吸い物 ごはん 牛乳	とうふ ぎゅうにゅう	こめ	えのき	
22	水	ミートローフ	とりにく たまご		にんじん グリンピース コーン	
		粉ふきいも		じゃがいも マヨネーズ		
		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 キャベツ	
23	木	すり身の天ぷら	さかなのすりみ たまご	かたくりこ あぶら	にんじん ごぼう たまねぎ	
		野菜のみそ煮	こんぶ ちくわ	さといも	ごぼう にんじん れんこん しいたけ	
		ブロッコリー ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	マヨネーズ こめ	ブロッコリー	
24	金	肉じゃが	ぶたにく	じゃがいも いとこんにゃく	たまねぎ にんじん グリンピース	
		ポパイツナサラダ	ツナ	マヨネーズ	ほうれんそう もやし	
		ごはん 牛乳	ぎゅうにゅう	こめ		
25	土	チャーハン	やきぶた たまご	こめ	たまねぎ にんじん ねぎ	
		春雨スープ	わかめ	はるさめ	にんじん もやし ほししいたけ	
		りんご 牛乳	ぎゅうにゅう		りんご	
27	月	運動会代休				
28	火	お弁当の日				
29	水	豚肉のしょうが焼き	ぶたにく		たまねぎ しょうが	
		ポテトサラダ	ハム	じゃがいも マヨネーズ	きゅうり にんじん	
		かき玉スープ ごはん 牛乳	たまご とうふ	こめ	もやし ねぎ	
30	木	白身魚のムニエル	したびらめ	こむぎこ パター		
		ひじきの煮物	ひじき あぶらあげ ひらてん	こんにゃく	にんじん	
		ポトフ ごはん 牛乳	ウインナー ぎゅうにゅう	じゃがいも こめ	たまねぎ キャベツ にんじん	
31	金	豚肉とじゃがいもの金平	ぶたにく	じゃがいも いとこんにゃく	たまねぎ にんじん ごぼう	
		平天の和え物	ひらてん		ほうれんそう もやし	
		みそ汁 ごはん 牛乳	わかめ とうふ ぎゅうにゅう	こめ	たまねぎ	

※都合により献立を変更する場合があります。