



日	曜	こんだて名	赤の食べ物(おむに血・肉・骨になるもの)		緑の食べ物(おむに体の調子をととのえるもの)		黄の食べ物(おむに働くかになるもの)		備考
			1群 魚・肉・卵・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・牛蒡類	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・果物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも	6群 油脂・種実類	
1	木	ごはん 牛乳 ちくわのおちやのはあげ 小2・中3 にじやが はるキャベツのサラダ	ちくわ ぶたにく	牛乳	ちやぼ にんじん きやいんげん	たまねぎ こんにやく ほししいたけ はるキャベツ とうもろこし	ごはん こむぎこ じゃがいも さとう	あぶら あぶら コーンスロートレッシング	八十八夜給食 子どもの日給食
2	金	ごはん 牛乳 てつりわふうハンバーグ ごぼうサラダ わかたけじる	ぶたにく だいずミート とうりゆう ツナ なまあげ かまぼこ	牛乳	にんじん	しょうが たまねぎ ごぼう とうもろこし たけのこ だいこん	ごはん パンこ かつくりこ さとう	あぶら ごま ごまドレッシング	
7	水	ごはん 牛乳 やきぎょうぎ 小2・中3 マーボー豆腐 はるまめサラダ	とりにく ぶたにく ぶたにく とうふ みそ ぶたレバー かにかまぼこ(かにか成分なし)	牛乳	にんじん にんじん チンゲンサイ	キャベツ たまねぎ しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ きゅうり えだまめ	ごはん ぎょうぎのかわ さとう かつくりこ はるまめ さとう	あぶら あぶら ごまあぶら	蟹江小3年なし 新蟹江小5年なし
8	木	ごはん 牛乳 きびなごのからあげ こうやどうふまに はくさいのいそかえ	きびなご とりにく こうやどうふ ハム	牛乳	にんじん きやいんげん	しょうが たまねぎ ごぼう ほししいたけ はくさい もやし	ごはん さとう こめこ じゃがいも さとう	あぶら	
9	金	ツイストパン じゃがいものベーコンやき コンソメスープ カラフルポンチ	ベーコン とりにく	牛乳	パセリ にんじん ごまつぼ パセリ	たまねぎ えのきだけ みかん もも レモンかじゅう	あいちのツイストパン じゃがいも オリーブオイル	アルファベットマカロニ カラフルボール さとう	舟入小6年なし 新蟹江小5年なし
12	月	ごはん 牛乳 キムチごはんのべ きんぎょやさいのおこうじやき けんちんじる パースデーデザート(メロンゼリー)	ぶたにく とりにく なまあげ	牛乳	にんじん	キムチ つぼづけ たまねぎ エリンギ えだまめ だいこん ごぼう こんにやく ねぎ メロン	ごはん さとう	あぶら	バスデーランチ
13	火	ごはん 牛乳 あおしそいりあげフライ わふうポテトサラダ とんじる	あじ ツナ いとどりかつお ぶたにく みそ	牛乳	あかしそ にんじん	えだまめ とうもろこし たまねぎ ごぼう えのきだけ	パンこ かつくりこ じゃがいも	あぶら マヨネーズ(卵なし)	お魚チャレンジデー あじ
14	水	ちゅうかめん 牛乳 どんこつラーメンのしる やさいしゅうまい 小2・中3 きりほしパンハンジー	やきぶた とりにく ぶたにく さきみオイルづけ	牛乳	にんじん にんじん とうもろこし	はくさい もやし ねぎ たけのこ とうもろこし たまねぎ ほうれんそう しょうが きりほしだいこん きゅうり	ごはん さとう	あぶら パンパンソース ごま	【あじ】 (13日)
15	木	ごはん 牛乳 ひじきごはんのぐ さけのチャンちゃんやき はるだんじんのにも	とりにく さけ みそ さきょうみそ ぶたにく がんもどき かまぼこ	牛乳	ひじき にんじん	えだまめ しょうが キャベツ とうもろこし だいこん こんにやく	ごはん さとう	あぶら マーガリン(乳なし)	蟹江小2年なし 須小5年なし
16	金	ごはん 牛乳 小きなごあげパン 中ミルクルロールパン チキンピーズ マカロニサラダ 中ひとちゼリー(がまごおりみかん)	きなこ とりにく だいず ハム	牛乳	トマト みずな にんじん	たまねぎ がまごおりみかん	ごはん じゃがいも さとう かつくりこ	あぶら コーンクリームドレッシング	蟹江小5年なし 須小5年なし
19	月	ごはん 牛乳 いわしのほちゅうみそ キャベツのあかしそあえ とりだんごじる	いわし ほちゅうみそ とりだんご かまぼこ	牛乳	あかしそ にんじん	ねぎ キャベツ きゅうり はくさい ほししいたけ ねぎ	ごはん さとう	あぶら	食育献立 ほちゅうみそ あかしそ キャベツ 蟹江小5年なし 舟入小4・5年なし 蟹北中2年なし
20	火	ごはん 牛乳 こめこのカレーライス チキンザゲツト 小2・中3 ふくじんあえ	ぶたにく とりにく	牛乳	にんじん	にんにく しょうが たまねぎ フルーツチャツネ にんにく きゅうり キャベツ ふくじんづけ	ごはん じゃがいも こめこのカレーフ パンこ こむぎこ	あぶら あぶら	舟入小4・5年なし 蟹北中2年なし
21	水	ごはん 牛乳 あげじゃがいものそぼろに とうもろこしのかきたまじる(卵除去食・有) オレンジ	ぶたにく ちくわ とりにく たまご かまぼこ	牛乳	にんじん きやいんげん ほうれんそう	たまねぎ こんにやく とうもろこし ほししいたけ オレンジ	ごはん じゃがいも さとう	あぶら	蟹江小6年なし 毎月19日は食育の日 19日 “おうちでごはんの日”
22	木	ごはん 牛乳 ごもくたんのしる きりほしだいこんのごまあえ うのぼなとりんごのココアケーキ くるロールパン	とりにく かまぼこ ツナ おから とうりゆう	牛乳	にんじん ごまつぼ	たけのこ はくさい ほししいたけ きりほしだいこん きゅうり とうもろこし りんご	ごはん さとう	あぶら ごま マーガリン(乳なし)	舟入小1~3年なし
23	金	ごはん 牛乳 ジャーマンポテト ポトフ まめまめサラダ	ベーコン ぶたにく だいず	牛乳	パセリ グリーンピース にんじん	だいこん たまねぎ えだまめ きゅうり	ごはん じゃがいも シェルマカロニ	あぶら あぶら ひよこまめ	マヨネーズ(卵なし)
26	月	ごはん 牛乳 はるまき はっほうさい(卵除去食・有) フルーツポンチ	ぶたにく なるこ いか うずらたまご ぶたにく なるこ いか うずらたまご	牛乳	にんじん チンゲンサイ	キャベツ にんじん たまねぎ たけのこ にんにく しょうが たまねぎ たけのこ はくさい みかん もも パイナップル レモンかじゅう	ごはん はるまめ さとう はるまきのかわ かつくりこ カクテルゼリー さとう	あぶら あぶら	蟹江小3年なし 蟹北中3年なし
27	火	ごはん 牛乳 ほっけのみりんやき アスパラガスともやしのこんぶあえ なまあげのにも	ほっけ ハム とりにく ちくわ なまあげ	牛乳	しおこんぶ にんじん	グリーンアスパラガス たけのこ だいこん ほししいたけ	ごはん さとう	あぶら	蟹江中3年なし 蟹北中3年なし
28	水	ごはん 牛乳 とりてん ひじきサラダ さといものみそしる	ぶたにく ハム だいず みそ	牛乳	ひじき にんじん	しょうが にんにく きゅうり たまねぎ だいこん ねぎ	ごはん さとう	あぶら あおじそドレッシング	蟹江中3年なし 蟹北中3年なし
29	木	ごはん 牛乳 やきにくどんぶりのぐ もずくスープ みたらしだんご 小4・中5目安	ぶたにく とうふ とりにく もずく	牛乳	にんじん	にんにく きくらげ はくさい だいこん ねぎ	ごはん さとう	あぶら ごまあぶら	蟹江中3年なし 蟹北中3年なし
30	金	ごはん 牛乳 コーンチュー(乳除去食・有) フレッシュサラダ 小ひとちゼリー(がまごおりみかん)	きなこ とりにく ツナ	牛乳	パセリ にんじん	たまねぎ とうもろこし マッシュルーム キャベツ きゅうり がまごおりみかん	ごはん さとう	あぶら オリーブオイル	蟹江中3年なし 蟹北中3年なし

魚卵注意 8日(木)きびなごのからあげ 13日(火)青じそ入りあげフライ 19日(月)いわしの八丁みそに

材料等の都合により献立や産地が変更することがあります。