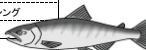


日 曜	こんだて名	赤の食べ物(おもに魚・肉・骨・骨なしのもの)			緑の食べ物(おもに体の調子をととのえもの)		黄の食べ物(おもに働く力にちなるもの)		備考	
		1群 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	2群 牛乳・乳製品・小豆・海藻	3群 緑黄色野菜	4群 その他の野菜・薬物・きのこ	5群 米・パン・めん・いも	6群 油脂・種実類			
1 木	ごはん					ごはん				
	牛乳		牛乳							
	のりのだのあまみそがけ	とうふ あぶらあげ たら みそ		にんじん		さとう かたくりこ	あぶら			
	にくじやが	ふたにく ちくわ		にんじん さやいんげん	たまねぎ ごんにやく	じゃがいも さとう	あぶら			
2 金	しんごあえ				キャベツ たくあんづけ	ごま				
	小さなおあげパン	きなこ				ロールパン さとう	あぶら		新習小3年なし	
	ロールパン					ロールパン				
	牛乳		牛乳							
5 月	チキンサラダ	さきみオイルづけ		あかばな	キャベツ きばーまん	さとう	オリーブオイル		おまじ 太文字の こまつな、みつば れんこん、ふたにく がまごおみかん はまはま県産品を使用する 予定です。	
	きのこことジャコウのスープ	ワインナー	にんじん パセリ	たまねぎ しめじ マッシュルーム	たまねぎ しめじ マッシュルーム	ニョッキ				
	中・おさかなワインナー	おさかなワインナー								
	ごはん					ごはん				
6 火	牛乳		牛乳							
	しょうまいい 小2こ・中3こ	ふたにく		たまねぎ しょうが	パンこ さとう しょうまいいのかわ					
	マーボー豆腐	ふたにく ぶたレバー とうふ みそ	にんじん	しょうが にんにく たまねぎ たけのこ ねぎ	さとう かたくりこ	あぶら				
	ナムル			キャベツ とうもろこし もやし	さとう	ごまあぶら				
7 水	ごはん					ごはん			お魚チャレンジデー	
	牛乳		牛乳						新習小2年なし	
	きしめん				エリンギ	パンこ	マヨネーズ(卵なし)			
	あまかけきしめんのしる	とりにく かまぼこ あぶらあげ	にんじん ほうれんそう	たまねぎ	たまねぎ しょうが はくさい ねぎ ごんにやく	かたくりこ				
8 木	はくさいのサラダ(乳除き食・有)	だいず	ひじき チーズ	きゅうり	きゅうり	さつまいも さとう	あぶら			
	だいしがくい									
	ごはん					ごはん				
	牛乳		牛乳							
9 金	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく			たまねぎ しめじ えだまめ にんにく				【さけ(6日)】 えいお	
	マカロニサラダ	ツナ		とうもろこし きゅうり	たまねぎ しめじ えだまめ にんにく	オリーブオイル				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	ねじりマカロニ	コーンクリームドレッシング				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
10 土	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう					
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
13 火	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				10日(土)は、 「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
14 水	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
15 木	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
16 金	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
19 月	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
20 火	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
21 水	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
22 木	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
23 金	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
24 土	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
25 日	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
26 月	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
27 火	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
28 水	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					
29 金	小豆マッシュのペンチ	ペンチ	にんじん パセリ トマト		にんにく たまねぎ マッシュルーム	ペンチ	オリーブオイル		目の変遷デー	
	あまかけマッシュペンチ	とりにく		れんこん たまねぎ ほうししいたけ	パンこ かたくりこ ごまご	あぶら			新習小6年なし	
	いりとりフルーツポンチ	ゼリー(とうりゅう)	かんてん	みかん バイナッフル ゼリー(りんご・ぶどう・もも)	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	ごはん				ごはん					
牛乳		牛乳								
ボーコン	ふたにく		にんにく しょうが	さとう						
30 土	やさいのドレッシングあえ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	よしじる	とりにく あぶらあげ	にんじん	だいこん ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	ごはん				ごはん					舟入小6年なし
	牛乳		牛乳							
31 日	とりにくとやさいのカレー・ふみやき	とりにく		にんにく しょうが	さとう				「目の変遷デー」です。 目の健康について考え、目 をいたわる1日にしましょう。 いんも	
	マカロニサラダ	ツナ		キャベツ きゅうり とうもろこし	さとう	あぶら				
	けんちんじる	ふたにく とうふ	にんじん	だいこん ごぼう ごんにやく ねぎ	さとう	あぶら				
	レーズンロール				レーズンロールパン					

魚卵注意 14日(水)いわしの梅煮

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。
献立表は蟹江町のホームページでも見ることができます。