



こんだてひょう

日	曜	献立	材料	おやつ	材料	日	曜	献立	材料	おやつ	材料
5	月	ご飯 カレイのみそマヨ焼き ◆松風焼き ◆紅白なます ◆お雑煮風	米・強化米 カレイ・みそ・マヨネーズ 鶏挽き肉・豆腐・葱・ひじき・ごま・卵・みそ・醤油・三温糖 大根・人参・ゆず・ごま・酢・塩・三温糖 ほうれん草・椎茸・かまぼこ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 紅白寒天	普通牛乳 牛乳・チーズ・ジャム・寒天 三温糖	20	火	ご飯 カレイの煮つけ きゅうりの酢の物 ブロッコリーの天ぷら すまし汁	米・強化米 カレイ・生姜・醤油・三温糖 きゅうり・人參・えのき・しらす・酢・醤油・三温糖 ブロッコリー・小麦粉・ベーキングパウダー・塩 白菜・葱・玉葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 バナナヨーグルト	普通牛乳 ヨーグルト・バナナ
		七草あんかけご飯 鶏肉の照り焼き 南瓜の煮物 すまし汁 フルーツ	米・強化米・七草・豚挽肉・人参・ごぼう・しめじ・油揚げ・醤油・酒 鶏肉・生姜・醤油・三温糖・みりん・片栗粉 南瓜・醤油・三温糖 豆腐・大根・葱・鰹節・昆布・醤油・塩 オレンジ		牛乳 クッキー	普通牛乳 小麦粉・バター・三温糖 卵・バニラエッセンス	きのこスープ/ゲティ 水菜サラダ スープ フルーツ	スパゲティ・ベーコン・玉葱・人參・しめじ・えのき・エリンギ・シソ・のり 水菜・ハリカラ・ヨネース・醤油 じゃが芋・豆腐・コーン・コンソメ・醤油・塩 バナナ	普通牛乳 マンショマロクリスピード		
		☆お誕生日会メニュー☆				ロールパン グラタン	ロールパン 鶏肉・マカロニ・玉葱・ブロッコリー・バター・米粉 牛乳・ビサ用チーズ・コソリ・塩・ショウガ	お茶 麦茶			
6	火	カレーライス プロッコリーのおかか和え フルーツ	米・強化米・牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・醤油・ルウ プロッコリー・ハリカラ・コーン・鰹節・醤油 バナナ	牛乳 パウンドケーキ	普通牛乳 小麦粉・バーキングパウダー・卵・バター・三温糖 干しうぶどう・生クリーム	21	水	きのこスープ/ゲティ 水菜サラダ スープ フルーツ	スパゲティ・ベーコン・玉葱・人參・しめじ・えのき・エリンギ・シソ・のり 水菜・ハリカラ・ヨネース・醤油 じゃが芋・豆腐・コーン・コンソメ・醤油・塩 バナナ	牛乳 マッシュドポテト	普通牛乳 マッシュド・バター・コーンフレーク・干しうぶどう
		ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ		牛乳 鉄カルウエハース	普通牛乳	ロールパン 鶏肉・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 南瓜・ほうれん草・トマト・セリ・コソリ・醤油・塩・ショウガ みかん	お茶 麦茶			
		鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ				ご飯 鯵の照り焼き ★ヤン・ウン・セン みそ汁	米・強化米 鯵・生姜・醤油・みりん 春雨・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 じゃが芋・ツナの煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 南瓜のミルク寒天		
7	水	ご飯 カレーライス プロッコリーのおかか和え フルーツ	米・強化米 鯵・食塩 春雨サラダ みそ汁	牛乳 ういろう	普通牛乳 小麦粉・みそ・片栗粉・米粉 三温糖	22	木	ご飯 ボテトサラダ スープ フルーツ	米・強化米 鯵の照り焼き 春雨・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 南瓜・ほうれん草・トマト・セリ・コソリ・醤油・塩・ショウガ みかん	牛乳 あまからせん	普通牛乳 南瓜・牛乳・三温糖・寒天
		ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ				焼きそば 酢の物 みそ汁 フルーツ	中華麺・豚肉・玉葱・人參・ヒマ・青のり・鰹節 白菜・きゅうり・しらす・酢・三温糖・醤油 南瓜・豆腐・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 あまからせん		
		ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ				ご飯 酢の物 みそ汁 フルーツ	米・強化米 鯵の童田揚げ 大根・豚肉の酒粕煮 みそ汁 みかん	牛乳 芋もち		
8	木	ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ	牛乳 23	普通牛乳 金	普通牛乳	23	金	ご飯 春雨・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 じゃが芋・ツナの煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 南瓜のミルク寒天	普通牛乳 南瓜・牛乳・三温糖・寒天
		ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ			焼きそば 酢の物 みそ汁 フルーツ		中華麺・豚肉・玉葱・人參・ヒマ・青のり・鰹節 白菜・きゅうり・しらす・酢・三温糖・醤油 南瓜・豆腐・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 あまからせん		
		ご飯 鯵の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鯵・食塩 春雨・きゅうり・人參・酢・醤油・三温糖・ごま油 昆布の煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・みそ			ご飯 酢の物 みそ汁 フルーツ		米・強化米 鯵の童田揚げ 大根・豚肉の酒粕煮 みそ汁 みかん	牛乳 芋もち		
9	金	ご飯 卵焼き 大根の肉みそかけ 大豆のサラダ すまし汁	米・強化米・しらす・青のり・醤油 卵・じゃが芋・ヒーマン・だし・醤油・三温糖 大根・豚挽肉・だし・みそ・三温糖・みりん・片栗粉 大豆・人参・ハム・チーズ・マヨネーズ・塩・ショウガ 豆腐・麩・なめこ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ういろう	普通牛乳 ういろう	24	土	ご飯 春雨・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 じゃが芋・ツナの煮物 すまし汁	米・強化米 鯵の照り焼き 春雨・豚挽肉・きゅうり・人參・赤玉葱・レモン・醤油・三温糖 じゃが芋・ツナの煮物 さつまいも・玉葱・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 あまからせん	普通牛乳 南瓜のミルク寒天
		ご飯 卵焼き 大根の肉みそかけ 大豆のサラダ すまし汁	米・強化米・しらす・青のり・醤油 卵・じゃが芋・ヒーマン・だし・醤油・三温糖 大根・豚挽肉・だし・みそ・三温糖・みりん・片栗粉 大豆・人参・ハム・チーズ・マヨネーズ・塩・ショウガ 豆腐・麩・なめこ・鰹節・昆布・醤油・塩				焼きそば 酢の物 みそ汁 フルーツ	中華麺・豚肉・玉葱・人參・ヒマ・青のり・鰹節 白菜・きゅうり・しらす・酢・三温糖・醤油 南瓜・豆腐・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 あまからせん		
		ご飯 卵焼き 大根の肉みそかけ 大豆のサラダ すまし汁	米・強化米・しらす・青のり・醤油 卵・じゃが芋・ヒーマン・だし・醤油・三温糖 大根・豚挽肉・だし・みそ・三温糖・みりん・片栗粉 大豆・人参・ハム・チーズ・マヨネーズ・塩・ショウガ 豆腐・麩・なめこ・鰹節・昆布・醤油・塩				ご飯 酢の物 みそ汁 フルーツ	米・強化米 鯵の童田揚げ 大根・豚肉の酒粕煮 みそ汁 みかん	牛乳 芋もち		
10	土	ご飯 きゅうりのナムル スープ フルーツ	米・強化米・牛・人参・ほるれん草・もやし・ごま ニン・ケ・酢・醤油・三温糖・塩・ごま油 きゅうり・コーン・わかめ・酢・三温糖・塩・醤油・ごま油 じゃが芋・グリーン・コーン・醤油・塩・ショウガ	牛乳 ミレービスケット	普通牛乳 ミレービスケット	26	月	ご飯 ホタケキイ・スープ フルーツ	米・強化米 鯵の童田揚げ 大根・豚肉の酒粕煮 みそ汁 みかん	牛乳 芋もち	普通牛乳 じゃが芋・米粉・醤油 塩・青のり
		ご飯 からあげ ツナサラダ じが芋炒め すまし汁	米・強化米 鶏肉・生姜・とににく・醤油・みりん・片栗粉 キヤッ・きゅう・ハリカラ・ツナ・マヨネーズ・塩 じゃが芋・ヒーマン・コーン・醤油・塩・ショウガ 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩				ご飯 ホタケキイ・スープ ビーマンのきんひら すまし汁	米・強化米 鶏肉の梅みそ焼き 納豆・もずく・豆乳 ビーマン・ハリカラ・ちくわ・しらす・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 パイナップルゼリー		
		ご飯 からあげ ツナサラダ じが芋炒め すまし汁	米・強化米 鶏肉・生姜・とににく・醤油・みりん・片栗粉 キヤッ・きゅう・ハリカラ・ツナ・マヨネーズ・塩 じゃが芋・ヒーマン・コーン・醤油・塩・ショウガ 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩				ご飯 ホタケキイ・スープ ビーマンのきんひら すまし汁	米・強化米 鶏肉の梅みそ焼き 納豆・もずく・豆乳 ビーマン・ハリカラ・ちくわ・しらす・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ハイジュース・ハイ缶・寒天 三温糖		
11	火	ご飯 食パン(マーレード) 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 食パン・マーレード・ドゥ 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ	牛乳 おにぎり	普通牛乳 おにぎり	27	火	ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鶏肉の梅みそ焼き 納豆・もずく・豆乳 ビーマン・ハリカラ・ちくわ・しらす・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 パイナップルゼリー	普通牛乳 ハイジュース・ハイ缶・寒天 三温糖
		ご飯 おにぎり 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 食パン・マーレード・ドゥ 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ				ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鶏肉の梅みそ焼き 納豆・もずく・豆乳 ビーマン・ハリカラ・ちくわ・しらす・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ハイジュース・ハイ缶・寒天 三温糖		
		ご飯 おにぎり 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 食パン・マーレード・ドゥ 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ				ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鶏肉の梅みそ焼き 納豆・もずく・豆乳 ビーマン・ハリカラ・ちくわ・しらす・醤油・三温糖・ごま油 南瓜・しめじ・わかめ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 ハイジュース・ハイ缶・寒天 三温糖		
12	水	ご飯 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ	牛乳 おにぎり	普通牛乳 おにぎり	28	水	ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鮭・玉葱・ハーブ・醤油・三温糖 牛肉・玉葱・ハリカラ・醤油・三温糖・ごま油 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 サンドイッチ	普通牛乳 食パン・卵・ツナ・マヨネーズ 塩・ショウガ
		ご飯 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ				ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鮭・玉葱・ハーブ・醤油・三温糖 牛肉・玉葱・ハリカラ・醤油・三温糖・ごま油 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 サンドイッチ		
		ご飯 鮭のミニエール バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 鮭・小麦粉・ハーブ・塩・ショウガ スハ・マニエ・コーン・マヨネーズ・塩 牛肉・じゃが芋・玉葱・人参・マッシュルーム・ル・オ・オリーブ・油・ケチャップ				ご飯 ホタケキイ・スープ 牛肉の甘辛炒め みそ汁 フルーツ	米・強化米 鮭・玉葱・ハーブ・醤油・三温糖 牛肉・玉葱・ハリカラ・醤油・三温糖・ごま油 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ 白菜・麹・葱・鰹節・昆布・みそ バナナ	牛乳 サンドイッチ		
13	木	ご飯 鮭の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鮭・食塩 春雨・きゅうり・ハリカラ・ツナ・マヨネーズ・塩 じゃが芋・ヒーマン・コーン・醤油・塩・ショウガ 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 29	普通牛乳 木	29	木	ご飯 鮭の塩焼き 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	米・強化米 鮭のあんかけ 三温糖・塩 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	牛乳 木	普通牛乳 マカロニ・きな粉 三温糖・塩
		ご飯 鮭の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鮭・食塩 春雨・きゅうり・ハリカラ・ツナ・マヨネーズ・塩 じゃが芋・ヒーマン・コーン・醤油・塩・ショウガ 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩				ご飯 鮭の塩焼き 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	米・強化米 鮭のあんかけ 三温糖・塩 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	牛乳 マカロニ・きな粉 三温糖・塩		
		ご飯 鮭の塩焼き 春雨サラダ みそ汁	米・強化米 鮭・食塩 春雨・きゅうり・ハリカラ・ツナ・マヨネーズ・塩 じゃが芋・ヒーマン・コーン・醤油・塩・ショウガ 大根・人参・しめじ・鰹節・昆布・醤油・塩				ご飯 鮭の塩焼き 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	米・強化米 鮭のあんかけ 三温糖・塩 大根とあわけの煮物 白玉粉・きな粉・三温糖 みそ汁	牛乳 マカロニ・きな粉 三温糖・塩		
14	金	ご飯 豚汁 バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋のオレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁	牛乳 30	普通牛乳 金	30	金	ご飯 ピザトースト スープ 親子丼	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁	牛乳 金	普通牛乳 メープル豆乳蒸しパン
		ご飯 豚汁 バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋のオレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁				ご飯 ピザトースト スープ 親子丼	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁	牛乳 メープル豆乳蒸しパン		
		ご飯 豚汁 バスマサラダ ピーナッツチュー	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋のオレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁				ご飯 ピザトースト スープ 親子丼	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁	牛乳 メープルシロップ		
15	土	ご飯 おにぎり ひじき納豆 さつま芋のオレンジ煮 みそ汁	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁	牛乳 31	普通牛乳 土	31	土	★ガバオライス ビーフンのサラダ スープ 親子丼	米・強化米・豚挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 ビーフン・人參・コーン・きゅうり・酢・塩・醤油・ごま油 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 なす・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 土	普通牛乳 メープル豆乳蒸しパン
		ご飯 おにぎり ひじき納豆 さつま芋のオレンジ煮 みそ汁	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁				ご飯 ビーフンのサラダ スープ 親子丼	米・強化米・豚挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 ビーフン・人參・コーン・きゅうり・酢・塩・醤油・ごま油 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 なす・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 豆乳・三温糖・バター		
		ご飯 おにぎり ひじき納豆 さつま芋のオレンジ煮 みそ汁	米・強化米 豚肉・油・生姜・みそ・醤油・三温糖 ごま油 ひじき納豆 さつま芋・オレンジスープ・三温糖・塩 みそ汁				ご飯 ビーフンのサラダ スープ 親子丼	米・強化米・豚挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 ビーフン・人參・コーン・きゅうり・酢・塩・醤油・ごま油 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 なす・なめこ・葱・鰹節・昆布・醤油・塩	牛乳 メープルシロップ		
16	金	ご飯 豚汁 バスマサラダ フルーツ	米・強化米・塩・味づけのり 豚肉・豆腐・油揚げ・糸こんにゃく・人参・大根・ごぼう 蓮根・葱・生姜・鰹節・昆布・みそ	牛乳 32	普通牛乳 金	32	金	ご飯 ケチャップライス じゃが芋のごまサラダ スープ フルーツ	米・強化米・豚挽肉・鶏挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 みそ汁		普通牛乳 メープル豆乳蒸しパン
		ご飯 豚汁 バスマサラダ フルーツ	米・強化米・豚挽肉・鶏挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 みそ汁				ご飯 ケチャップライス じゃが芋のごまサラダ スープ フルーツ	米・強化米・豚挽肉・鶏挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 みそ汁	牛乳 豆乳・三温糖・バター		
		ご飯 豚汁 バスマサラダ フルーツ	米・強化米・豚挽肉・鶏挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 みそ汁				ご飯 ケチャップライス じゃが芋のごまサラダ スープ フルーツ	米・強化米・豚挽肉・鶏挽肉・鶏ひき肉・玉葱・ハリカラ・ビーマン・にんにく・醤油 みりん・オイスター醤・三温糖・コショウ・ごま油・片栗粉 白菜・じゃが芋・わかめ・コソリ・醤油・塩 みそ汁	牛乳 メープルシロップ		
17	土	ご飯 ハンバーグ ヨーグルトサラダ ケチャップライス フルーツ	米・強化米 合挽肉・玉葱・卵・パン・牛乳・ケチャップ・ソース・三温糖 塩・ショウガ キヤベ・さつま芋・みかん缶・ヨーグルト・マヨネーズ・三温糖 塩・ショウガ 小松菜・大根・葱・鰹節・昆布・みそ	牛乳 33	普通牛乳 土	33	土	ご飯 煙のクラッカー スコーン	米・強化米 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・バター・三温糖	牛乳 土	普通牛乳 水族館クッキー
		ご飯 ハンバーグ ヨーグルトサラダ ケチャップライス フルーツ	米・強化米 合挽肉・玉葱・卵・パン・牛乳・ケチャップ・ソース・三温糖 塩・ショウガ キヤベ・さつま芋・みかん缶・ヨーグルト・マヨネーズ・三温糖 塩・ショウガ 小松菜・大根・葱・鰹節・昆布・みそ				ご飯 煙のクラッcker スコーン	米・強化米 小麦粉・ベーキングパウダー・卵・牛乳・バター・三温糖	牛乳 水族館クッキー		
		ご飯 ハンバーグ ヨーグルトサラダ ケチャップライス フルーツ	米・強化米 合挽肉・玉葱・卵・パン・牛乳・ケチャップ・ソース・三温糖 塩・ショウガ キヤベ・さつま芋・みかん缶・ヨーグルト・マヨネーズ・三温糖 塩・ショウガ 小松菜・大								

【1月の行事食】 おせち料理 七草がゆ

・松風焼き(2人分)
 豆腐:140g 鶏ひき肉:100g
 卵:24g 葱:24g
 ひじき(乾):1g ごま:適量
 みそ:7.2g 醤油:0.8g
 砂糖:2.4g

(作り方)
①ひじきをもどし、豆腐は水切りをします。
②葱はみん切りにします。
③鶏ひき肉に①と②、卵、みそ、醤油、砂糖、を加え粘りが出来るまで混ぜます。
④③の空気を抜き板状(厚さ2cm程度)にのばし、ごまを振ります。
⑤オーブンフードで20分焼きます。(※電子レンジでもできます。)

明けましておめでとうございます。
1月の献立はおせち料理を取り入れています。おせち料理ひとつにつく由来が込められています。
松風焼き食は「正直に生きる」、紅白なまますは「平和を願う」といった意味があります。
2026年もおいしい給食を作るので、たくさん食べてください。