



献立表

くま組・きりん組・らいおん組

献立作成 横

日 ／ 曜	行事	献立名	3時おやつ	材料名(昼食・3時おやつ)			その他
01 (月)	始業式	ごはん とりにくのてりやき びーまんともやしのいためもの はくさいのあえもの	いなりずし	とりにく、うすあげ、もめんとうふ、みそ	こめ、きびさとう、じゅうろくこくまい	はくさい、もやし、びーまん、にんじん、なす、こねぎ、ごま、	いりこだし、こゆくちしょうゆ、す、しお、みりん
02 (火)		ごはん じゃぼねそーすはんばーぐ こまつなとうすあげのにびたし ぼてとさらだ	せさみどーなつ	ぎゅうひきにく、ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、たまご、かつおぶし	こめ、じゃがいも、こむぎこ、ばんこ、きびさとう、じゅうろくこくまい、まよねーず、あぶら、さとう	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゃべつ、えのきたけ、とまと、きゅうり、ごま、しょうが	こゆくちしょうゆ、しお、ようふうだし、す
03 (水)		ごもくごはん ししやもふらい もやしのなむる きゅうりとさきみのばいにくあえ	びざ	ししやも、ちーず、とりにく、たまご、うすあげ	こめ、こむぎこ、あぶら、じゅうろくこくまい、まよねーず、きびさとう、ふ、ばんこ、ごまあぶら	たまねぎ、きゅうり、もやし、びーまん、とまと、しめじ、こまつな、ごぼう、こねぎ、えのきたけ、いとこんにやく、うめぼし、かつとわかめ	かつお・こんぶだし、けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、みりん、しお
04 (木)		じゃーじゃーうどん おかかおにぎり ほうれんそうのごまあえ おれんじ	よーぐるとむーす	よーぐると、ぎゅうにゅう、ぶたひきにく、ぎゅうひきにく、みそ、かつおぶし、ぜらちん	うどん、こめ、きびさとう、かたくりこ、じゅうろくこくまい、さとう	おれんじ、たまねぎ、ほうれんそう、ぶるべーりー、にんじん、きゅうり、ごま	さけ、しお、こゆくちしょうゆ
05 (金)		ごはん とりのからあげ はるさめさらだ つなだいこん	おはぎ	とりにく、もめんとうふ、あずき、みそ、つな	こめ、もちごめ、はるさめ、あぶら、かたくりこ、じゅうろくこくまい、どれっしんぐ、きびさとう	だいこん、にんじん、こねぎ、きゅうり、しょうが、にんにく、かつとわかめ	いりこだし、こゆくちしょうゆ、みりん、す、りょうりしゅ、しお
06 (土)		ぶたにくちやーはん やさいさらだ わかめすーぶ おれんじ	いももち	ぶたひきにく、みそ	じゅうろくこくまい、じゃがいも、かたくりこ、どれっしんぐ、あぶら、きびさとう	おれんじ、たまねぎ、きゃべつ、もやし、にんじん、びーまん、とまと、きゅうり、こねぎ、あおのり	いりこだし、りょうりしゅ、こゆくちしょうゆ、しお
08 (月)		ごはん さばのしおやき こまつなのしらあえ はくさいなつとう	のりまき	しおさば、もめんとうふ、なつとう、みそ、うすあげ	こめ、きびさとう、じゅうろくこくまい	にんじん、はくさい、こまつな、きゅうり、なめこ、こねぎ、きゃべつ、やきのり、ごま、うめぼし、たまねぎ	かつお・こんぶだし、す、こゆくちしょうゆ、しお
09 (火)		かれーらいす まかろにさらだ きのこすーぶ ばなな	にくまん	ぶたにく、ぶたひきにく、ぎゅうにゅう、うすあげ	こめ、こむぎこ、じゃがいも、まかろに、きびさとう、あぶら、じゅうろくこくまい、まよねーず、ごま	ばなな、たまねぎ、にんじん、たけのこ、しめじ、きゅうり、えのきたけ、びーまん、ばせり、ほししいたけ	かれーこ、ようふうだし、こゆくちしょうゆ、どらいいーす、しお
10 (水)		ごはん ♥あげしゅうまい じゃがいものたきに こまつなのあえもの	ばんなこった	ぶたひきにく、なまくりーむ、ぎゅうにゅう、ぜらちん	こめ、じゃがいも、きびさとう、かたくりこ、ぎょうざのかわ、じゅうろくこくまい、ごまあぶら	たまねぎ、もずく、きゃべつ、にんじん、こまつな、こねぎ、しょうが、あおのり	こゆくちしょうゆ、みりん、りょうりしゅ、しお
11 (木)		ごはん とりまよ こーるすーらさらだ はくさいとほうれんそうのあえもの	やさいうどん	とりにく、もめんとうふ、みそ、つな、うすあげ	うどん、こめ、じゅうろくこくまい、まよねーず、どれっしんぐ、きびさとう	きゃべつ、はくさい、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、とうもろこし、こまつな、こねぎ	かつお・こんぶだし、いりこだし、みりん、こゆくちしょうゆ、けちやつ
12 (金)		たこらいす かぼちゃさらだ ようふうすーぶ おれんじ	ふる一つぼんち	ぶたひきにく、ぎゅうひきにく	こめ、じゅうろくこくまい、まよねーず、きびさとう	おれんじ、かぼちゃ、おれんじじゅーす、たまねぎ、きゃべつ、はくさい、ばいん、きゅうり、きうい、ばせり、こなかんてん	けちやつぶ、かれーこ、ようふうだし、しお
16 (火)		ごはん たんどりーちきん ちんげんさいとにんじんのあえもの びーふん	ぼてとちつぷす	とりにく	こめ、じゃがいも、びーふん、まよねーず、あぶら、じゅうろくこくまい、ごまあぶら、きびさとう	にんじん、たまねぎ、ちんげんさい、こまつな、びーまん、はくさい、ばせり	けちやつぶ、かれーこ、こゆくちしょうゆ、ようふうだし、りょうりしゅ、
17 (水)		きのこのみーとすばげていー ごぼうときゅうりのまよねーずあえ やさいすーぶ りんご	わらびもち	ぶたひきにく、ぎゅうひきにく、きなこ	すばげてい、わらびもちこ、きびさとう、まよねーず、あぶら	りんご、にんじん、たまねぎ、ごぼう、きゃべつ、えのきたけ、しめじ、きゅうり、びーまん、ごま	けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、しお、ようふうだし
18 (木)		わかめごはん えびふらい きゅうりとわかめとつなのさらだ きりぼしだいこんのもの	ひじきおにぎり	たまご、むきえび、うすあげ	こめ、ばんこ、あぶら、こむぎこ、じゅうろくこくまい、きびさとう、ごまあぶら	もやし、にんじん、にら、きゅうり、たまねぎ、きりぼしだいこん、ひじき、いんげん、かつとわかめ	けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、みりん、しお、こしょう
19 (金)		ごはん あまずにくだんご ひじきのもの さんしよくきんぴら	ごまさぶれ	ぶたひきにく、もめんとうふ、ぎゅうにゅう、たまご、みそ、うすあげ	こめ、こむぎこ、ばたー、ばんこ、じゅうろくこくまい、きびさとう	ごぼう、にんじん、たまねぎ、しめじ、びーまん、えのきたけ、ひじき、さやえんどう、こねぎ、ごま	いりこだし、こゆくちしょうゆ、けちやつぶ、りょうりしゅ、す、しお
20 (土)		まーぼーなすどん ちんげんさいのあえもの ちゅうかすーぶ おれんじ	りんごかんてん	ぶたひきにく、みそ、かつおぶし	こめ、あぶら、かたくりこ、きびさとう、ごまあぶら	りんごじゅーす、おれんじ、はくさい、にんじん、なす、こねぎ、りんご、こなかんてん、ごま、しょうが、にんにく、かつとわかめ、ちんげん	りょうりしゅ、こゆくちしょうゆ、ようふうだし、しお
22 (月)		ごはん とんてき だいこんのもの きゅうりともやしのすのもの	ぶりん	ぎゅうにゅう、ぶたにく、たまご、もめんとうふ、みそ	こめ、じゅうろくこくまい、きびさとう、こむぎこ、あぶら	だいこん、もやし、なす、きゅうり、にんじん、こねぎ	いりこだし、こゆくちしょうゆ、けちやつぶ、うすたーそーす、みり
24 (水)		きのこのまぜごはん さかなのぼんこやき にんじんしりしり れんごんのさらだ	おたんじょうびけーき	さわら、ぎゅうにゅう、なまくりーむ、とりにく、たまご、つな、うすあげ	こめ、こむぎこ、まよねーず、ばんこ、きびさとう、あぶら、じゅうろくこくまい、ばたー	にんじん、れんごん、みずな、たまねぎ、とまと、しめじ、えのきたけ、いちご、こまつな、ひじき、ごま	かつお・こんぶだし、けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、ようふうだし、みり
25 (木)		すたみなどん ちぢみ わかめとたまねぎのすましじる おれんじ	さつまいもぎょうざ	ぶたにく、もめんとうふ、みそ、しらす、たまご	こめ、さつまいも、ぎょうざのかわ、あぶら、きびさとう	おれんじ、たまねぎ、はくさい、にんじん、こねぎ、ほうれんそう、にら、ごま、いとこんにやく、にんにく、しょうが、かつとわかめ	かつお・こんぶだし、こゆくちしょうゆ、みりん、しお
26 (金)		ごはん かぼちゃころっけ やさしいため ばすたさらだ	くつきー	たまご、みそ、ぶたにく、ぶたひきにく、ぎゅうひきにく、うすあげ	こめ、こむぎこ、きびさとう、あぶら、ばたー、すばげてい、ばんこ、じゅうろくこくまい	かぼちゃ、きゃべつ、にんじん、とうもろこし、たまねぎ、きゅうり、いとこんにやく、だんご、ごぼう、こねぎ、びーまん、はくさい	かつおだし、けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、す、うすたーそーす、し
27 (土)		ちきんらいす もやしとこまつなのなむる きゃべつすーぶ ばなな	きなこむしばん	とりにく、きなこ	こむぎこ、こめ、きびさとう、じゅうろくこくまい、ごまあぶら	ばなな、もやし、たまねぎ、にんじん、きゃべつ、こまつな、びーまん	けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、ようふうだし、しお
29 (月)		ごはん てりまよつね ばすたのけちやつぶそーす ひじきのなつとうあえ	わかめうどん	ぎゅうひきにく、なつとう、ぶたにく、あつあげ、たまご、みそ、うすあげ	こめ、うどん、すばげてい、きびさとう、じゅうろくこくまい、まよねーず	たまねぎ、はくさい、ひじき、にんじん、びーまん、こねぎ、かつとわかめ	いりこだし、かつお・こんぶだし、けちやつぶ、こゆくちしょうゆ、みり
30 (火)		ごはん ぎょうざ れんごんのきんぴら もやしとちんげんさいのあえもの	らすく	ぶたひきにく、もめんとうふ、みそ	こめ、しよくばん、きびさとう、ばたー、じゅうろくこくまい、あぶら、ぎょうざのかわ	れんごん、もやし、にんじん、きゃべつ、ちんげんさい、にら、こねぎ、かつとわかめ、ごま	いりこだし、こゆくちしょうゆ、みりん

※使用食材は地産地消を基本とし調味料、醤油、味噌は国産無添加食品を使用しています。砂糖は基本きび砂糖です。

※その他の食材も安心安全な物を厳選し、調理水は還元水にて調理しています。

※上記の献立・食材は納入状況により変更する場合があります。

※♥マークは新メニューになります。