

	月	火	水	木	金	土	
風食	おやつ	 <p>今月のリクエストメニューは 21日 つえだ はなちゃん 【クリームスープ】です。</p>	<b>麦ごはん</b> <b>ヒラマサの</b> <b>さっぱりソースかけ</b> ヒラマサ、塩、小麦粉、油、砂糖 醤油、酢、梅干し <b>キャベツとオクラの</b> <b>ごま和え</b> キャベツ、オクラ、人参 ごま、醤油 <b>しめじのみぞ汁</b> 玉ねぎ、しめじ、ねぎ、みそ だし汁 <b>ぶどう</b> <b>牛乳</b> <b>ピザトースト</b> 食パン、ウインナー、玉ねぎ ピーマン、コーン、ピザソース ピザ用チーズ	<b>ごはん</b> <b>厚揚げのみぞ炒め</b> 厚揚げ、豚肉、人参、玉ねぎ 椎茸、ピーマン、油、砂糖 みそ、醤油 <b>きゅうりの中華和え</b> きゅうり、醤油、酢、砂糖 ごま油、ごま油、塩 <b>鞋とわかめのすまし汁</b> おつゆ、玉ねぎ、わかめ だし汁、塩、薄口醤油	<b>ごはん</b> <b>なすのミートグラタン</b> なす、合挽、鶏ミンチ、玉ねぎ 人参、バター、グリーンピース トマトケチャップ、コンソメ 小麦粉、砂糖、ピザ用チーズ <b>夏みかんサラダ</b> 夏みかん缶、きゅうり、キャベツ レーズン、油、酢、塩、こしょう	<b>エビピラフ</b> 米、むきエビ、人参、コーン 玉ねぎ、ピーマン、バター コンソメ、塩、こしょう <b>キャベツのスープ</b> 玉ねぎ、キャベツ、しめじ コンソメ、塩、こしょう パセリ <b>バナナ</b>	
			<b>雑穀米ごはん</b> <b>鶏のさっぱり煮</b> 鶏肉、砂糖、酒、酢、醤油 生姜 <b>ツナと昆布のサラダ</b> キャベツ、きゅうり、ツナ コーン、刻み昆布、酢、油 砂糖、醤油、塩 <b>豆乳みぞ汁</b> 玉ねぎ、人参、しめじ、大根 ねぎ、だし汁、みそ、豆乳 <b>オレンジ</b>	<b>しめじご飯</b> 米、しめじ、人参、さつま揚げ 薄口醤油、塩、酒 <b>サケのパン粉焼き</b> サケ、塩、酒、にんにく、パン粉 パセリ、レモン、オリーブ油 <b>オクラの納豆和え</b> オクラ、キャベツ、納豆、人参 もみり、醤油 <b>冬瓜のみぞ汁</b> 冬瓜、玉ねぎ、人参 だし汁、みそ、ねぎ	<b>ごはん</b> <b>ポークビーンズ</b> 大豆水煮、豚肉、人参、玉ねぎ じゃが芋、グリーンピース トマト缶、ケチャップ、砂糖 塩、ウスターソース <b>そうめん瓜の酢の物</b> そうめん瓜、きゅうり、酢 砂糖、薄口醤油、塩 <b>きのこのスープ</b> 椎茸、しめじ、えのき、玉ねぎ 鶏ガラ、薄口醤油、塩 <b>梨</b>	<b>ごはん</b> <b>アジの南蛮漬け</b> アジ、塩、片栗粉、玉ねぎ じゃが芋、ピーマン、油、砂糖 酢、薄口醤油 <b>ひじき煮</b> 芽ひじき、油揚げ、人参 インゲン、油、砂糖、醤油 だし汁、ごま <b>キャベツのすまし汁</b> キャベツ、玉ねぎ、えのき ねぎ、だし汁、塩、薄口醤油	<b>誕生会</b> <b>ごはん</b> <b>なすのメンチカツ</b> 牛・鶏ミンチ、なす、玉ねぎ 砂糖、塩、こしょう、小麦粉 卵、パン粉、油 <b>★カミカミサラダ</b> ごぼう、きゅうり、人参、ごま マヨネーズ、さきいか、薄口醤油 <b>じゃが芋のスープ</b> じゃが芋、コーン、人参、玉ねぎ コンソメ、塩、こしょう、パセリ <b>りんご</b> <b>お茶</b> <b>牛乳もち</b> 牛乳、砂糖、塩、片栗粉、きな粉
風食	おやつ	<b>お茶</b> <b>ナポリタンスパゲティ</b> スパゲティ、玉ねぎ、ベーコン ピーマン、コンソメ、ウスターソース しめじ、ケチャップ、粉チーズ、油	<b>牛乳</b> <b>羊ようかん</b> さつま芋、砂糖、寒天、水	<b>お茶</b> <b>アイスクリーム</b> ※あか・ひよこはゼリー <b>パン耳ラスク</b> パン耳、砂糖、油	<b>お茶</b> <b>アイスクリーム</b> ※あか・ひよこはゼリー <b>パン耳ラスク</b> パン耳、砂糖、油	<b>お茶</b> <b>アイスクリーム</b> ※あか・ひよこはゼリー <b>お菓子</b>	
風食	おやつ	<b>ごはん</b> <b>サバのおろし煮</b> サバ、生姜、塩、片栗粉、油 大根、砂糖、薄口醤油 <b>★キャベツとわかめの</b> <b>ナムル</b> キャベツ、わかめ、カニカマ ごま、ごま油、醤油 <b>春雨スープ</b> 春雨、人参、ニラ、さくらげ 鶏ガラ、塩、薄口醤油	<b>鶏ごぼうごはん</b> 米、鶏肉、ごぼう、人参 塩、薄口醤油、酒 <b>★とんしゃぶきゅうり</b> 豚肉、トマト、きゅうり、生姜 ごま油、酒、ごま、砂糖 酢、醤油、ねぎ <b>なすのみぞ汁</b> なす、玉ねぎ、ねぎ、わかめ だし汁、みそ <b>りんご</b>	<b>ごはん</b> <b>豆腐の落とし揚げ</b> 豆腐、むきエビ、人参、れんこん 芽ひじき、玉ねぎ、ねぎ、塩 こしょう、小麦粉、卵、油 <b>小松菜の鹽和え</b> 小松菜、もやし、人参、 もみり、醤油 <b>えのきのすまし汁</b> えのき、玉ねぎ、おつゆ ねぎ、だし汁、塩、薄口醤油	<b>麦ごはん</b> <b>アジの塩焼き</b> アジ、塩 <b>★大根サラダ</b> 大根、きゅうり、人参、ごま ちくわ、マヨネーズ、醤油 <b>キャベツのみぞ汁</b> キャベツ、しめじ、玉ねぎ ねぎ、だし汁、みそ <b>梨</b>	<b>秋野菜ポークカレー</b> 米、豚肉、人参、玉ねぎ、油 なす、さつま芋、れんこん にんにく、生姜、カレールー <b>ヨーグルト和え</b> ヨーグルト、バナナ、りんご みかん缶、もも缶、砂糖 <b>あさりのつけ煮</b> あさり、生姜、醤油、砂糖	<b>貝柱とひじきの</b> <b>炊き込みごはん</b> 米、貝柱、芽ひじき、人参 油揚げ、ごぼう、だし昆布 グリーンピース、酒、醤油、塩 <b>じゃが芋のみぞ汁</b> じゃが芋、玉ねぎ、ねぎ だし汁、みそ <b>バナナ</b>
風食	おやつ	<b>お茶</b> <b>寒天入りフルーツポンチ</b> パナッ、みかん缶、りんご、キウイ 水、砂糖、寒天、ぶどうジュース みかんジュース	<b>牛乳</b> <b>ポテトボール</b> じゃが芋、粉チーズ、小松菜 コーン、塩、片栗粉、油	<b>生乳</b> <b>★シリアルクッキー</b> 小麦粉、卵、砂糖、バター 玄米フレーク、レーズン	<b>生乳</b> <b>じゃこトースト</b> 食パン、マーガリン、じゃこ マヨネーズ、ピザ用チーズ	<b>お茶</b> <b>かぼちゃプリン</b> かぼちゃ、牛乳、生クリーム 砂糖、ゼラチン <b>お菓子のチーズラスク</b> お菓、粉チーズ、青のり、マーガリン	<b>生乳</b> <b>パン</b>
風食	おやつ	<b>20</b> <b>敬老の日</b> 	<b>21</b> <b>ごはん</b> <b>豆腐ハンバーグ</b> 豆腐、合挽、鶏ミンチ、玉ねぎ パン粉、卵、塩、こしょう、酒 ケチャップ、ソース、砂糖 <b>切干大根サラダ</b> 切干大根、きゅうり、人参、酢 ごま、ごま油、砂糖、薄口醤油 <b>人参のクリームスープ</b> 人参、玉ねぎ、油、コンソメ 牛乳、バター、小麦粉、塩 こしょう、砂糖 <b>梨</b> <b>お茶</b> <b>お月見団子</b> 白玉粉、絹豆腐、かぼちゃ 砂糖、醤油、片栗粉 <b>※もも・ひよこ・あかぐみは</b> <b>さつま芋さんどん</b>	<b>22</b> <b>(愛情べんとうの日)</b> 	<b>23</b> <b>秋分の日</b> 	<b>24</b> <b>雑穀米ごはん</b> <b>シイラの蜜田揚げ</b> シイラ、砂糖、醤油、生姜 みりん、酒、片栗粉、油 <b>ポテトサラダ</b> じゃが芋、人参、きゅうり ハム、マヨネーズ、塩、こしょう <b>大根のみぞ汁</b> 大根、人参、しめじ、油揚げ ねぎ、だし汁、みそ <b>りんご</b> <b>お茶</b> <b>おはぎ</b> 米、あんこ	<b>25</b> <b>親子丼</b> 米、鶏肉、玉ねぎ、人参 油揚げ、ねぎ、卵、砂糖 だし汁、醤油、みりん <b>かぼちゃのみぞ汁</b> かぼちゃ、ごぼう、人参 ねぎ、だし汁、みそ <b>バナナ</b>
風食	おやつ	<b>27</b> <b>ごはん</b> <b>麻婆炒め</b> なす、豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ 人参、筍、干椎茸、ねぎ、生姜 にんにく、鶏ガラ、みそ、砂糖 醤油、片栗粉、ごま油 <b>かぼちゃの食め煮</b> かぼちゃ、醤油、砂糖 みりん、いんげん <b>かき卵汁</b> 卵、えのき、玉ねぎ、ねぎ だし汁、塩、薄口醤油 <b>りんご</b>	<b>28</b> <b>麦ごはん</b> <b>バトウのフライ</b> バトウ、塩、こしょう、卵 小麦粉、パン粉、油 <b>★きゅうりとわかめの</b> <b>酢の物</b> きゅうり、キャベツ、わかめ しらす、ごま、砂糖、酢、塩 <b>チンゲン菜のスープ</b> チンゲン菜、玉ねぎ、コーン 鶏ガラ、塩、薄口醤油	<b>29</b> <b>わかめごはん</b> <b>マカロニグラタン</b> 鶏肉、マカロニ、ブロッコリー コーン、玉ねぎ、小麦粉、塩 パター、コンソメ、こしょう 牛乳、パン粉、ピザ用チーズ <b>★根菜さんびら</b> ごぼう、れんこん、人参、油 糸こんにゃく、砂糖、醤油、ごま <b>ポテトスープ</b> じゃが芋、玉ねぎ、人参 コンソメ、塩、こしょう、パセリ	<b>30</b> <b>ごはん</b> <b>タンドリーチキン</b> 鶏肉、にんにく、生姜、玉ねぎ 塩、醤油、カレー粉、ヨーグルト <b>もやしとピーマンの</b> <b>昆布炒め</b> ピーマン、もやし、塩昆布、油 <b>豚汁</b> 豚肉、人参、しめじ、ごぼう さつま芋、大根、ねぎ だし汁、みそ <b>かき</b> <b>お茶</b> <b>大根もち</b> 大根、ねぎ、塩、ごま油 干エビ、白玉粉、小麦粉 酢、醤油、砂糖		

★印はよく噛めるようカミカミメニューとしています。 ・ 行事、材料の都合により、献立を一部変更することがあります。  
 ・ ふじぐみの誕生日月の子どもに給食のリクエストを聞いています。  
 リクエストメニューは1のつく日(1日、11日、21日、31日)に出します。休日、行事で前後することがあります。

|

|

|