



献立予定表



《 給食目標 》

- ・温かい食べ物で体をあたため、元気にすごしましょう
- ・ごはんとおかずを交互に食べましょう

日	曜	献立名
1	火	ちくわの磯辺揚げ 切り干し大根の炒め煮 鰹汁 オレンジ 
2	水	しょうゆラーメン チキンナゲット 涼伴三絲 手作りゼリー
3	木	恵方巻(のい・ツナサラダ・鶏とぼろ・きゅうり・人参)うどん汁 フルーツヨーグルト和え
4	金	鮭の黄金焼き 野菜のピーナッツ和え かぶのみそ汁 りんご
5	土	具だくさんうどん バナナ 
7	月	鶏肉のごまみそ焼き カラフルサラダ すまし汁 オレンジ
8	火	ホッケの塩焼き かぶのとぼろ煮 きのこのみそ汁 りんご
9	水	カリフラワーと挽肉のカレー炒め かき玉汁 手作りゼリー
10	木	野菜の肉巻きフライ もやしとコーンのサラダ 麩のスープ ヨーグルト
11	金	建国記念日
12	土	五目うどん バナナ 
14	月	チーズ入りハンバーグ マカロニサラダ 八杯豆腐 手作りゼリー
15	火	チキンフレーク焼き ひじきとちくわの炒め物 きゃべつのみそ汁 オレンジ
16	水	じゃが芋グラタン おらくも汁 フルフルフルーツ 
17	木	ハヤシライス 五色和え 牛乳 りんご
18	金	赤魚の揚げ煮 フロccoliーのおかか和え 白菜のみそ汁 ヨーグルト
19	土	根菜入りうどん バナナ 
21	月	鶏肉とじゃが芋のみそソース和え かにと豆腐のスープ 牛乳プリン 
22	火	おにぎりウインナー 肉団子 フロccoliー カップグラタン ワカメのみそ汁 いちご メン子ちゃんゼリー
23	水	天皇誕生日
24	木	ドライカレー ツナ入りサラダ 牛乳 ナン オレンジ
25	金	お楽しみ献立 
26	土	わかめ入りうどん バナナ 
28	月	酢豚 わかめスープ フルーチェ

