




日	曜	給食	食材内容	アレルギー
1	火	とんこつラーメン・餃子(付枝豆)・フルーツヨーグルト	ラーメン・なると・チャシュー・餃子・枝豆・バナナ・パイナップル缶・みかん缶・ヨーグルト	  
2	水	炊き込みご飯・魚のフライ(付ミニトマト)・春雨サラダ・大根と白菜の味噌汁	鶏釜飯の素・カレイ・ミニトマト・春雨・きゅうり・人参・白菜・大根	 
4	金	ハヤシライス・具だくさんスープ・プリン	牛肉・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ベーコン・プリン	  
7	月	牛丼・ツナときゅうりのサラダ・なすの味噌汁・バナナ	牛肉・玉ねぎ・ツナ缶・きゅうり・人参・なす・バナナ	
8	火	魚のきのこソースがけ・ウインナーのサラダ・人参のすまし汁・りんごゼリー・のり	カレイ・玉ねぎ・しめじ・えのき・いんげん・ウインナー・コン・きゅうり・人参・りんごジュース・のり	
9	水	厚揚げのミートソース・ほうれん草の胡麻和え・もやしの味噌汁・牛乳	厚揚げ・牛ひき肉・豚ひき肉・しめじ・人参・玉ねぎ・ピーマン・ほうれん草・もやし・牛乳	 
10	木	 ヒレカツ(付枝豆)・スパゲティサラダ・オニオンスープ・シュークリーム	豚肉・枝豆・スパゲティ・きゅうり・人参・玉ねぎ・シュークリーム	  
11	金	スパニッシュオムレツ(付ミニトマト)・納豆和え・えのきの味噌汁	卵・ベーコン・じゃがいも・人参・チーズ・牛乳・玉ねぎ・ミニトマト・ほうれん草・納豆・キャベツ・えのき	  
12	土	焼きそば・豆腐の中華スープ・ヨーグルト	焼きそば麺・ウインナー・ちくわ・かまぼこ・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆腐・椎茸・チンゲン菜・ヨーグルト	  
14	月	魚の照り焼き(付ミニトマト)・ナポリピザ・大根と油揚げの味噌汁・桃缶	カレイ・ミニトマト・ピーマン・ベーコン・玉ねぎ・人参・キャベツ・かまぼこ・赤ピーマン・大根・油揚げ・桃缶	  
15	火	オムライス・ウインナー・マカロニサラダ・野菜スープ・りんご	卵・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・マカロニ・きゅうり・キャベツ・ベーコン・りんご	  
16	水	ラウンド食パン・豆腐のクリームシチュー・コールスロー・牛乳	パン・鶏肉・豆腐・玉ねぎ・人参・きゅうり・キャベツ・コン・牛乳	  
17	木	お弁当の日	お弁当の日	
18	金	チキンカレー・中華コーンスープ・プリン	鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・チンゲン菜・卵・椎茸・コン・プリン	  
21	月	魚のピカタ(付ミニトマト)・春雨サラダ・油揚げの味噌汁・のり	カレイ・ミニトマト・春雨・きゅうり・人参・油揚げ・玉ねぎ・りんご・卵・のり	 
22	火	ゆかりごはん・鶏肉じゃが・ほうれん草のサラダ・にゅうめん	ゆかりふりかけ・鶏肉・じゃがいも・人参・玉ねぎ・ほうれん草・きゅうり・そうめん・かまぼこ	  
24	木	親子丼・大根の含め煮・かぼちゃの味噌汁・牛乳	鶏肉・玉ねぎ・人参・卵・大根・いんげん・人参・油揚げ・かぼちゃ・牛乳	 
25	金	肉うどん・手羽元揚げ(付ブロッコリ)・バナナ	うどん麺・牛肉・かまぼこ・ブロッコリ・手羽元・バナナ	  
28	月	キーマカレー・ほうれん草の磯和え・麩と玉ねぎのすまし汁	牛ひき肉・豚ひき肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参・麩	  
29	火	魚のソース煮(付なす)・スパゲティサラダ・じゃがいもの味噌汁・みかん	カレイ・なす・じゃがいも・スパゲティ・きゅうり・人参・みかん	  
30	水	 ホットドッグ・フライドポテト・コーンスープ・プチゼリー・牛乳	パン・ウインナー・キャベツ・フライドポテト・じゃがいも・きゅうり・人参・コーンスープ・プチゼリー・牛乳	  

子どもの成長を祝う七五三

11月15日の七五三は3歳、5歳、7歳の子どもの成長を祝う日本の行事です。千歳あめの千歳は千年という意味で、子どもの健康と成長、延命長寿の意味が込められており、飴の色も縁起が良い紅白です。





※献立や食材は、仕入れなどの状況により変更となる場合があります。  
 ※卵、乳、小麦粉を使用した献立には    を表示しています。

からだをあたためてくれる根菜類☺  
 れんこん…風邪予防に効果的なビタミンCがみかんより豊富です。また、便通を促してくれます。

大根…胃の働きを整えてくれます。皮や葉にはビタミンCが多く含まれているので使いわけてもいいかもしれませんね。



 → 郷土料理の日

 → 行事食の日



→ お誕生日メニューの日