




日	曜	給食	食材内容	アレルギー
1	水	鶏肉じゃが・卵豆腐・小松菜のすまし汁・牛乳	鶏小間・玉ねぎ・人参・じゃがいも・卵豆腐・いんげん・小松菜・牛乳	
2	木	魚の塩焼き(付ミニトマト)・焼肉サラダ・具だくさん味噌汁・りんごゼリー	カレイ・ミニトマト・豚肉・キャベツ・きゅうり・人参・しめじ・油揚げ・玉ねぎ・りんごジュース	
3	金	★ヒレカツ(付ミニトマト)・コールスロー・お麩のすまし汁・カステラ・豆菓子	豚肉・ミニトマト・キャベツ・コン・きゅうり・お麩・人参・カステラ・豆菓子	 
4	土	焼きうどん・もやしのスープ・プリン	うどん・ちくわ・かまぼこ・ウインナー・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし・ピーマン・プリン	 
6	月	炊き込みご飯・魚のクラッカー揚げ(付ミニトマト)・ほうれん草のじゃこ和え・わかめの味噌汁	鶏釜飯の素・カレイ・ミニトマト・キャベツ・ほうれん草・人参・しらす・玉ねぎ・わかめ	 
7	火	ミートソーススパゲティ・ツナときゅうりのサラダ・豆腐のスープ・牛乳	スパゲティ・牛ひき肉・豚ひき肉・玉ねぎ・ピーマン・人参・ツナ・きゅうり・豆腐・キャベツ・牛乳	 
8	水	魚のチーズ焼き(付ミニトマト)・キャベツの中華風サラダ・ピーマンのすまし汁	カレイ・ミニトマト・キャベツ・きゅうり・カニカマ・ピーマン・えのき	 
9	木	🍷ハンバーグ(付コン)・マカロニサラダ・野菜スープ・ケーキ	牛ひき肉・豚ひき肉・卵・玉ねぎ・マカロニ・きゅうり・人参・ペーコン・コン・ケーキ	 
10	金	魚のパン粉焼き(付ミニトマト)・筑前煮・玉ねぎの味噌汁・プチゼリー	カレイ・鶏肉・ミニトマト・人参・れんこん・ごぼう・椎茸・いんげん・玉ねぎ・油揚げ・プチゼリー	 
13	月	ハヤシライス・豆腐のスープ・プリン	牛肉・玉ねぎ・人参・プリン・豆腐	 
14	火	クリームパン・魚のピカタ(付ミニトマト)・ウインナーのサラダ・中華スープ	パン・カレイ・ミニトマト・ウインナー・きゅうり・コン・卵・椎茸・玉ねぎ・チンゲン菜	 
15	水	🍷親子丼・ひじき炒め煮・タイピーエン・桃缶	鶏小間・玉ねぎ・人参・ひじき・白菜・油揚げ・かまぼこ・いんげん・ちくわ・春雨・桃缶	
16	木	お弁当の日	お弁当の日	
17	金	ゆかりごはん・魚のソース煮(付なす)・スパゲティサラダ・えのきの味噌汁・牛乳	ゆかりふりかけ・カレイ・なす・スパゲティ・きゅうり・人参・えのき・牛乳	
20	月	焼きそば・玉ねぎのスープ・ヨーグルト	焼きそば・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン・ちくわ・かまぼこ・ヨーグルト	 
21	火	とんこつラーメン・餃子(付ブロッコリ)・みかん	ラーメン・チャーシュー・なると・餃子・ブロッコリ・みかん	 
22	水	ラウンド食パン・クリームシチュー・チンゲン菜のソテー・牛乳	パン・鶏小間・じゃがいも・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・コン・牛乳	 
24	金	豚丼・マカロニサラダ・かきたま汁・マスカットゼリー	豚肉・玉ねぎ・マカロニ・きゅうり・人参・卵・椎茸・マスカットジュース	 
25	土	チキンカレー・豆腐のスープ・ヨーグルト	鶏小間・じゃがいも・玉ねぎ・人参・豆腐・ヨーグルト	 
27	月	煮魚(付枝豆)・スパゲティナポリタン・青菜の味噌汁・りんご	カレイ・枝豆・スパゲティ・ペーコン・玉ねぎ・人参・ピーマン・小松菜・りんご	 
28	火	具だくさんオープン焼き・春雨サラダ・玉ねぎのすまし汁・カスタードたいやき	ツナ・いんげん・椎茸・玉ねぎ・人参・きゅうり・春雨・カスタードたいやき	 



大豆を食べよう！
大豆は肉と匹敵する量のタンパク質を含んでいることから「畑の肉」ともいわれ、国内海外で注目されています。煮物にしたり、スープに入れたり片栗粉で揚げて甘辛くしてみたり、レパートリーは幅広いです。万能な大豆を料理に登場させてみてはいかがでしょうか。




※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。



～福を招く豆まき～
節分の豆まきは季節の変わり目に起きやすい体調不良(邪気=鬼)を払い、福を呼び込むために行います。そして、鬼をやっけるために使われるのが大きな豆=大豆です。大豆は、生でまくと目が出て縁起が悪いとされているため、必ず炒った豆を使います。鬼役になったり、豆を投げる役になったり、「鬼は外、福は内」と声を出しながら楽しんでください。



 → 郷土料理
★ → 行事食

 → お誕生日メニュー