

日			主食	副食	おやつ	主な材料
1	15	木	いわしの ショートパスタ	グリーンサラダ 冬野菜のスープ	鶏そぼろおにぎり ◇牛乳	ショートパスタ、鱈水煮缶、玉葱、人参、しめじ、青ピーマン、黄ピーマン、にんにく パン粉、乾燥パセリ/レタス、アスパラガス、きゅうり、コーン缶、みかん缶、玉葱/ 鶏肉、かぶ、かぶ葉、人参、しめじ、長葱/米、鶏肉、かぶ葉/牛乳
2	16	金	ご飯	鶏と野菜の煮物 焼きかぶのごま酢風味 さつま汁	豆花クッキー 木葉せんべい ◇牛乳	米/鶏肉、里芋、人参、筍水煮、玉葱、さやいんげん、干し椎茸、生姜/かぶ、かぶ葉 人参、キャベツ、油揚げ、ごま/豚肉、大根、人参、ごぼう、さつま芋、板こんにやく/ 豆花クッキー、木葉せんべい、牛乳
3	17	土	野菜たっぷり 豚丼	キャベツの胡麻和え 白菜ときこのみそ汁	マフィン 豆乳	米、豚肉、ごぼう、玉葱、人参、板こんにやく、生椎茸、万能葱/キャベツ、きゅうり 人参、ごま/鶏肉、なめこ、えのき茸、白菜、玉葱/薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳 コーン缶/豆乳
5	19	月	ほうとう風うどん	納豆のかき揚げ フルーツあちゃら漬け	◇さつま芋の はちみつバター ◇牛乳	乾麺、鶏肉、油揚げ、かぼちゃ、人参、大根、里芋、長葱/納豆、玉葱、万能葱 薄力粉、さくらえび/かぶ、人参、きゅうり、りんご、オレンジ、かぶ葉、昆布/ さつま芋、はちみつ、無塩バター、ごま/牛乳
6	20	火	ご飯	ぶり大根 れんこんの梅肉サラダ きのこのみそ汁	◆お好みマカロニ ◇牛乳	米/ぶり、大根、生姜/れんこん、かぶ、人参、水菜、自家製梅、かつお節/生椎茸 しめじ、なめこ、白菜、玉葱、人参、わかめ/マカロニ、マヨネーズ、かつお節 青のり/牛乳
7	21	水	ご飯	白菜と肉団子の中華煮 もやしと黄にらのナムル ◆中華風コンスープ	鮭チャーハン (21日なんきん白玉) ◇牛乳	米/豚肉、木綿豆腐、白菜、人参、長葱、水菜、春菊、生椎茸、春雨、さくらえび にんにく、生姜/もやし、黄ニラ、ニラ人参、にんにく/鶏肉、クリームコーン缶 玉葱、人参、しめじ、筍水煮、卵、干し椎茸/米、鮭フレーク、玉葱、干し椎茸 万能葱、にんにく(21日白玉粉、かぼちゃ、小豆)/牛乳
8		木	大根と里芋の みそ味ご飯	豚肉のりんごソース炒め ほうれん草の海苔酢和え 吉野汁	◇◆アップルケーキ ◇牛乳	米、大根、人参、里芋、しらす、さやえんどう/豚肉、玉葱、人参、もやし さやいんげん、にんにく/ほうれん草、切干大根、人参、ツナ缶、コーン缶、焼き海苔/ 大根、人参、じゃが芋、小松菜、木綿豆腐、わかめ/りんご、薄力粉、ヨーグルト ベーキングパウダー、卵/牛乳
9	27	金	◇食パン	◆かぼちゃコロッケ チキンと水菜のサラダ かぶとトマトのスープ	☆きりたんぼ鍋 麦茶	食パン/かぼちゃ、豚肉、玉葱、薄力粉、卵、豆乳、パン粉、サラダ菜/鶏肉、水菜 レタス、きゅうり、レモン/かぶ、トマト、玉葱、かぶ葉、ベーコン/鶏肉、ごぼう 人参、舞茸、長葱、小松菜、米/麦茶
10	24	土	キーマカレー	和風コールスローサラダ 鶏肉と野菜のスープ	マフィン 豆乳	米、豚肉、玉葱、じゃが芋、人参、赤ピーマン、にんにく、カレーフレーク/ キャベツ、人参、きゅうり、コーン缶、ごま/鶏肉、玉葱、セロリ、人参、えのき茸 生椎茸/かぼちゃ、干しぶどう、薄力粉、ベーキングパウダー、豆乳/豆乳
12	26	月	◆豚玉丼	小松菜とツナの和え物 のっぺい汁	◇かぼちゃスコーン ◇牛乳	米、豚肉、卵、玉葱、人参、もやし、小松菜/小松菜、えのき茸、人参、ひじき ツナ缶/里芋、人参、生椎茸、油揚げ、長葱、板こんにやく/かぼちゃ、薄力粉 ベーキングパウダー、マーガリン、牛乳/牛乳
13		火	◇◆バターロール	★ポルシチ ◇キャベツとブロッコリーの チーズサラダ	みそ五平餅 ◇牛乳	バターロール/牛肉、ピーツ、玉葱、じゃが芋、人参、セロリ、キャベツ、トマト キャベツ、ブロッコリー、人参、ミニトマト、マッシュルーム、パルメザンチーズ/ 米、黒砂糖/牛乳
14	28	水	ご飯	家常豆腐 大根と人参のナムル 汁ピーフン	◇◆どら焼き ◇牛乳	米/木綿豆腐、豚肉、人参、生椎茸、青ピーマン、赤ピーマン、長葱、大根、人参 オイスターソース、大豆もやし、ほうれん草、レモン、ごま/ピーフン、鶏肉、人参 ニラ、玉葱、干し椎茸/小豆、薄力粉、ベーキングパウダー、はちみつ、卵、牛乳/牛乳
22		木	◇ポーク ストロガノフ	●カントリーサラダ せん切りスープ	◇◆カップケーキ 紅茶	米、豚肉、玉葱、しめじ、マッシュルーム、トマト缶、薄力粉、無塩バター 動物性クリーム、乾燥パセリ/じゃが芋、アスパラガス、ミニトマト、サニーレタス ウィンナー、粒入りマスタード/人参、玉葱、えのき茸、キャベツ/牛乳、いちご 動物性クリーム、ホットケーキミックス、卵、薄力粉、かぼちゃ/紅茶

代替え食(アレルギー等) 献立名に下線がしてあるものは除去対象の食品を使用します。代替えもしくは除去の対応を行います。

◆=卵・卵を使用した食品使用 ◇=乳・乳を使用した食品使用

●=種実類・種実を使用した食品使用

☆郷土『きりたんぼ』秋田県  
★世界『ポルシチ』ロシア

