

日	曜	主食	副食	おやつ	主な材料	
4	18	水	ご飯	鶏大根 紅白柿なます(18日大根なます) 五目みそ汁	玄米煮干しチャーハン 麦茶	米/鶏肉、大根、人参、ごぼう、万能葱、生姜/切干大根、人参、干し柿/豚肉、大根 人参、じゃが芋、板こんにゃく、長葱/玄米、煮干し、人参、万能葱/麦茶
5	19	木	◇◆バターロール	豚肉と大豆のトマト煮込み レタスとりんごのサラダ キャベツのスープ	梅おむすび ◇牛乳	バターロール/豚肉、玉葱、人参、青ピーマン、しめじ、じゃが芋、マッシュルーム、大豆 にんにく、トマト缶、ウスターソース、薄力粉/レタス、アスパラガス、りんご、きゅうり、コーン缶 玉葱/鶏肉、キャベツ、玉葱、人参、えのき茸、小松菜/米、押し麦、自家製梅干し、ごま/牛乳
6		金	七草粥風汁かけご飯	◆切干大根の卵焼き ひじきとれんごんのサラダ	◇◆りんごのトライフル ◇牛乳	米、鶏肉、七草/卵、切干大根、人参、干し椎茸、万能葱、しらす/ひじき、人参、玉葱、れんこん、小松菜 自家製梅干し/ホットケーキミックス、卵、りんご、動物性クリーム/牛乳
7	21	土	焼肉丼	人参と豆もやしのナムル 大根と鶏肉の生姜スープ	カップケーキ 豆乳	米、豚肉、玉葱、人参、赤ピーマン、しめじ、生椎茸、にんにく、万能葱、ごま/大豆もやし、人参 きゅうり、ごま/鶏肉、大根、人参、じゃが芋、生姜/ホットケーキミックス、豆乳、パイン缶/豆乳
10	24	火	生姜みぞれうどん	えびとごぼうのかき揚げ わかめと豆腐のごまみそ和え	☆飾り寿司 麦茶	乾麺、豚肉、大根、りんご、玉葱、人参、水菜、生姜/ごぼう、えび、さつま芋、玉葱、三つ葉 薄力粉/もやし、きゅうり、トマト、わかめ、木綿豆腐、ごま/米、鮭フレーク、きゅうり、青のり 焼き海苔/麦茶
11	25	水	ご飯	◆たらの味噌マヨ焼き 大根のごまサラダ 里芋とごぼうのみそ汁	ちんすこう ◇牛乳	米/まだら、マヨネーズ、長葱/切干大根、人参、きゅうり、トマト、ごま/豚肉、里芋、大根、人参 ごぼう、長葱/ラード、薄力粉、黒砂糖/牛乳
12		木	三色もち	豚汁	豆乳ラスク 木葉せんべい ◇牛乳	もち米、納豆、青のり、きな粉、刻み海苔/豚肉、大根、人参、里芋、舞茸、しめじ、ごぼう 板こんにゃく/豆乳ラスク、木葉せんべい/牛乳
13	27	金	根菜カレーライス	千切りキャベツのサラダ ほうれん草入りミネストローネ	ふかし芋とくだもの ◇牛乳	米、豚肉、人参、じゃが芋、大根、玉葱、れんこん、マッシュルーム、にんにく、カレーフレーク/ キャベツ、りんご、ミニトマト、干しぶどう、レモン/豚肉、ほうれん草、じゃが芋、人参、セロリ 玉葱、にんにく/さつま芋、りんご/牛乳
14	28	土	ごぼうとこんにゃくの 炒飯	大豆もやしとツナのとえ物 根菜のみそ汁	カップケーキ 豆乳	米、鶏肉、玉葱、ごぼう、板こんにゃく、万能葱/大豆もやし、えのき茸、人参、ツナ缶/豚肉、里芋 大根、人参、長葱、油揚げ、小松菜/ホットケーキミックス、豆乳、かぼちゃ、干しぶどう/豆乳
16	30	月	ピビンバ	人参の韓国風サラダ キャベツのねぎごまスープ	◇ポテト揚げぎょうざ ◇牛乳	米、豚肉、人参、ほうれん草、わかめ、大豆もやし、にんにく、生姜/人参、もやし、きゅうり、ごま/ キャベツ、春雨、豚肉、人参、万能葱、生姜、ごま/じゃが芋、ベーコン、コーン缶、プロセスチーズ ぎょうざの皮/牛乳
17	31	火	◇かぼちゃの 豆乳クリームパスタ	大根とキャベツのツナサラダ かぶともち麦スープ	きつねおにぎり ◇牛乳	スパゲティ、鶏肉、かぼちゃ、玉葱、人参、しめじ、にんにく、豆乳、乾燥パセリ、パルメザンチーズ/ 大根、キャベツ、人参、ツナ缶、レモン/かぶ、かぶ菜、人参、ベーコン、白菜、えのき茸、押し麦/ 米、ひじき、油揚げ、ごま/牛乳
20		金	ご飯	根菜の胡麻みそ炒め 白菜の梅肉和え ぶり野菜のみそ汁	♪●どろんごハリークッキー ◇牛乳	米/鶏肉、ごぼう、れんこん、人参、大根、ごま/白菜、人参、えのき茸、昆布、自家製梅干し/ぶり、大根 人参、じゃが芋、生椎茸、長葱/薄力粉、ココア/牛乳
23		月	◇食パン	◇タンドリーチキン 冬のサラダ ガーリックスープ	★メキシカンライス ◇牛乳	食パン/鶏肉、ヨーグルト、カレー粉、にんにく、生姜、りんご、玉葱、はちみつ、サラダ菜/かぼちゃ 玉葱、キャベツ、しめじ、まいだけ、赤ピーマン/ブロッコリー、人参、玉葱、かぶ、にんにく/ 米、牛肉、豚肉、玉葱、セロリ、青ピーマン、大豆、コーン缶、トマト缶/牛乳
26		木	ご飯	厚揚げのどろどろ中華煮 海苔中華サラダ スジェビ	白玉のおしるこ ◇牛乳	米/厚揚げ、豚肉、長葱、生椎茸、人参、生姜、万能葱/キャベツ、きゅうり、レタス、人参、長葱 わかめ、ごま、焼き海苔/豚肉、大根、人参、舞茸、小松菜、にんにく、中力粉/白玉粉、小豆/牛乳

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・魚卵・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『飾り寿司』千葉県
★世界『メキシカンライス』メキシコ
♪絵本献立