

に ち 日	よ う 曜	こんだてめい 献立名	主 ^{おも} な材 ^{さい} 料 ^{りょう} とその働 ^{はたら} き					
			からだ　つく 体を作る		からだ　ちようし　えとの 体の調子を整える		からだ　うご 体を動かすエネルギーになる	
			1群	2群	3群	4群	5群	6群
			さかなにく・たまごだいず　だいずせいひん 魚・肉・卵・大豆・大豆製品	ぎゅうにちゅうせいひんさかな　かいそう 牛乳・乳製品・小魚・海藻	りよくおうしよくやさい 緑黄色野菜	た　　やさい　くちもの その他の野菜・果物・きのこ	こめ・パン・めん・いち　さとう 米・パン・めん・いち・砂糖	ゆじし　しよじつ 油脂・種実
2	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		とりにくとじゃがいものあげに	とりにく				じゃがいも　でんぶん　さとう	あぶら
		こまつなとツナのあえもの	ツナ		こまつな			ごま
		ごじる	ぶたにく　とうふ　ミックスみそ　とうにゅう		にんじん　ねぎ	だいこん　たまねぎ　こんにゃく　しょうが		
3	火	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		さわらのてりやき	さわら				さとう　でんぶん	
		ぶたにくとあつあげのにも	ぶたにく　あつあげ　はんぺん		にんじん　いんげん	たまねぎ　こんにゃく	じゃがいも　さとう	あぶら
		キャベツのおかかあえ	かつおぶし		にんじん	キャベツ　きゅうり		
4	水	あいちのこめこパン　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			パン	
		とりにくのマーマレードやき	とりにく			マーマレード　しょうが	でんぶん	
		チーズいりコールスロー		チーズ	にんじん	コーン　きゅうり　キャベツ	さとう	あぶら
		チリピーンス	だいず　ぶたにく		にんじん	たまねぎ　グリーンピース	じゃがいも	あぶら
5	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		けんちんしのだのにも	けんちんしのだ			しょうが	さとう	
		くきわかめのごますあえ		くきわかめ	こまつな　にんじん	キャベツ	さとう	ごま　ごまあぶら
		しんたまねぎのみそしる	とうふ　あぶらあげ　ミックスみそ		にんじん	きりぼしだいこん　たまねぎ　えのきたけ		
6	金	ミニフィッシュ		ミニフィッシュ				
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		たこのからあげ	たこ					あぶら
		こうやどうふのたまごとじ	とりにく　たまご　こうやどうふ　ちくわ		ほうれんそう　にんじん	たまねぎ	さとう	あぶら
10	火	きゅうりとじゃこのすのもの				きゅうり　キャベツ　きりぼしだいこん	さとう	
		ごこごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　ごこく	
		レンズまめのキーマカレー	ぶたにく　だいず　レンズまめ		にんじん　トマト	たまねぎ　グリーンピース　にんにく　しょうが		あぶら
		ごぼうサラダ			にんじん	ごぼう　きゅうり　キャベツ		ごまドレッシング
11	水	こがたロールパン		ぎゅうにゅう			パン	
		やきフランクフルト	フランクフルト					
		ペンネアラビアータ	ぎゅうにく　ぶたにく		にんじん　トマト　トマトピューレ	たまねぎ　マッシュルーム　グリーンピース　にんにく	ペンネ	オリーブあぶら
		えだまめサラダ				えだまめ　コーン　キャベツ　きゅうり	さとう	あぶら
12	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		いわしのうめに	いわしのうめに					
		はりはりづけ			にんじん	きりぼしだいこん　きゅうり　もやし	さとう	
		けんちんじる	とりにく　とうふ		にんじん　ねぎ	ごぼう　だいこん　こんにゃく		
13	金	しょうがとぶたばらのまぜごはん　ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう		ごぼう　しょうが	アルファーカーマイ	あぶら
		しろみざかなフリッター	しろみざかなフリッター					あぶら
		ほうれんそうのなめだけあえ			ほうれんそう　にんじん	もやし　えのきたけ		ごま
		わかめじる	かまぼこ　とうふ	わかめ	にんじん　ねぎ			
16	月	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あつあげのみそがけ	あつあげ　とりにく　だいずミート　あかみそ				さとう	あぶら
		やさいのうめおかかあえ	かつおぶし		にんじん	もやし　キャベツ　きゅうり　うめ		
		アカモクつまれじる	けんさんれんこんアカモクつまれ		にんじん　こまつな　ねぎ	ごぼう　ほししいたけ　こんにゃく		
17	火	たかなチャーハン　ぎゅうにゅう	ぶたにく	ぎゅうにゅう	たかなづけ　ねぎ	たまねぎ	アルファーカーマイ	あぶら　ごまあぶら
		はるまき	はるまき					あぶら
		きりぼしだいこんバンバンジー	とりにく			きゅうり　きりぼししだいこん	さとう	ごま　あぶら　ごまあぶら
		とうふとあおなのスープ	とうふ		チンゲンサイ　にんじん　ねぎ	えのきたけ　たけのこ		
18	水	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		ぶたにくのしょうがやき	ぶたにく			たまねぎ　きりぼしだいこん　しょうが	さとう　でんぶん	あぶら
		いんげんのごまあえ			いんげん　にんじん		さとう	ごま
		しんじゃがいりスタミナじる	とうふ　あぶらあげ　あかみそ		にんじん　ねぎ	だいこん　にんにく	じゃがいも	
19	木	ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		めひかりフライ	めひかりフライ					あぶら
		やさいのあいちあかしそあえ			にんじん　あかしそ	キャベツ　きゅうり		
		あいちのめぐみすましじる	とりにく　うすらたまご		チンゲンサイ　にんじん　みつば	だいこん　ごぼう　こんにゃく		
20	金	がまごおりみかんゼリー					がまごおりみかんゼリー	
		きしめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			きしめん	
		きしめんじる	とりにく　こうやどうふ　あぶらあげ	わかめ	ねぎ	さんさい　えのきたけ　ほししいたけ　たまねぎ		
		しらすいりかきあげ	だいず　ちくわ	しらすぼし		ごぼう　たまねぎ	さつまいも　こむぎこ　でんぶん	あぶら
23	月	チンゲンサイとたくあんのあえもの			チンゲンサイ	もやし　だいこんづけ	ごま	
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		ハンバーグのわふうソースがけ	ハンバーグ			えのきたけ	さとう　でんぶん	
		しそひじきあえ		しそひじき	にんじん	キャベツ　きゅうり		
24	火	しんじゃがのそぼろに	とりにく　あつあげ			たまねぎ　こんにゃく　グリーンピース	じゃがいも　さとう	あぶら
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		あげさばのおろしがけ	さば			だいこん	でんぶん　さとう	あぶら
		やさいのごまあえ			にんじん	キャベツ　もやし		ごま
25	水	とうがんじる	とりにく		にんじん　ねぎ	とうがん　ほししいたけ　しょうが	でんぶん	
		ごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ	
		キャベツいりメンチカツ	キャベツいりメンチカツ					あぶら
		ごぼうとこんにゃくのおかか	あつあげ　かつおぶし		にんじん	こんにゃく　ごぼう	さとう	あぶら
26	木	チンゲンサイいりみそしる	とうふ　ミックスみそ		チンゲンサイ　にんじん	たまねぎ	じゃがいも	
		むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		こんにゃくチャプチェ	ぶたにく		にんじん　ほうれんそう	たまねぎ　しらたき　きくらげ　しょうが	さとう	ごまあぶら
		トックスープ			にんじん　ねぎ	だいこん　もやし　ほししいたけ	トック	
27	金	ちゅうかめん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			ちゅうかめん	
		しょうゆラーメンのしる	ぶたにく	わかめ	にんじん　ねぎ	コーン　もやし　キャベツ		ごまあぶら
		まぐろとだいずのあまがらめ	まぐろ　だいず				じゃがいも　でんぶん　さとう	あぶら
		ほうじちゃとおからのむしケーキ	おから　とうにゅう		ほうじちゃ		ホットケーキミックス　さとう	あぶら　くろごま
30	月	むぎごはん　ぎゅうにゅう		ぎゅうにゅう			こめ　むぎ	
		あじのいそふうみマヨコーンやき	あじ　おから	あおのり		コーン		マヨネーズ
		ひじきのそぼろいため	とりにく	ひじき	にんじん　こまつな	ごぼう　こんにゃく	さとう	あぶら
		キャベツのみそしる	あぶらあげ　とうふ　ミックスみそ		にんじん　ねぎ	キャベツ　たまねぎ　えのきたけ		
		アセロラゼリー					アセロラゼリー	

- ・食材は、体の中の働きによって3つの仲間に分けられています。
- ・汁物のだしには、煮干しやむろあじ、昆布などを使用しています。
- ・毎月19日は「食育の日」として、愛知県や犬山市の食材を使った献立が登場します。今月は19日に、愛知県の食材を使用した料理を紹介します。
- ※ 献立内容は都合により変更することがあります。

○給食欠食の取扱いについて

連続して4日以上欠席又は出席停止が見込まれる場合、保護者から欠食の申し出があれば、申し出日から起算して6日目（土日祝含む）より対応可能です。
復食日が決まっている場合は併せてお伝え下さい。予定より早く登校可能となった際は、弁当の持参をお願いする場合がありますのでご了承をお願いします。