



11がつ こんだてよていひょう

	月	火	水	木	金
こんだて	2年生のさつまいもをいただきます！ 2年生が赤塚のじまんのさつまいも、「いもジェンヌ」を育てました。 大切に育てた「いもジェンヌ」を、1日の「さつまい」でいただきます。 おたのしみに！！				1 ごはん さばのみそに わかめあえ さつまじる
kcal					
赤					豆腐 鶏肉 みそ さば わかめ 牛乳
黄					米 さつまいも 砂糖
緑					人参 ねぎ 大根 しょうが キャベツ きゅうり
こんだて	4 ふいかえきゅうじつ	5 ぶんかさい ふいかえきゅうぎょうび	6 カレーライス (ごはん) ゆでブロッコリー ぶどうゼリー	7 ごはん だいすどりのあげに そくせきづけ みそわんたんスープ	8 2年生なし ごはん さけのしおこうじやき きりこんぶのにつけ なめこのみそじる かき
赤					生揚げ みそ 鮭 昆布 さつまあげ 打ち豆 牛乳
黄					米 油 砂糖
緑					なめこ 大根 ねぎ 小松菜 人参 ごぼう 柿
こんだて	11 こめこパン チリコンカン クリームスープ りんご	12 ごはん あつやきたまご だいこんのあさづけ ちくぜんに	13 3・4年生なし ちゅうかどん (むぎごはん) さつまいもとだいたいのあげに みかん	14 ごはん ほっけのしおやき きんときまめのあまに とんじる	15 ごはん あげきょうざ もやしのナムル だいこんのオイスターソースに
赤	ベーコン あさり チーズ 牛乳 豚肉 いんげん豆	鶏肉 卵 牛乳	豚肉 えび いか 大豆 うすらの卵 牛乳	豆腐 豚肉 みそ ほっけ 金時豆 牛乳	生揚げ 豚肉 うすらの卵 牛乳
黄	米粉パン ジャがいも 油 ホワイトルウ	米 里いも 砂糖 油 でんぷん	米 麦 油 でんぷん さつまいも 砂糖 ごま	米 ジャがいも 砂糖	米 油 砂糖 米粉 でんぷん 小麦粉
緑	人参 しめじ 玉葱 パセリ にんにく りんご	たけのこ しいたけ 人参 さやいんげん れんこん ごぼう 大根 大根菜	玉ねぎ たけのこ 人参 チンゲン菜 白菜 きくらげ みかん	人参 ごぼう 大根 ねぎ	大根 人参 きくらげ ねぎ チンゲン菜 にんにく たら しょうが もやし コーン 小松菜 キャベツ 玉ねぎ
こんだて	18 わかめごはん コーンシュマイ しゃきしゃきサラダ ちゅうかふうクリームスープ	19 ごはん とりのやくみソース ごぼうサラダ けんちんじる	20 マーボーどん (むぎごはん) ちゅうかサラダ ミルクデザート	21 うどん すきやきじる のりすあえ チーズ	22 ごはん さんまのまつまえに かきあえなます いものこじる
赤	わかめ ほたて 豆腐 すけそうだら 牛乳	豆腐 鶏肉 牛乳	豆腐 豚肉 大豆 みそ わかめ れん乳 牛乳	牛肉 豆腐 鶏肉 のり チーズ 牛乳	牛肉 豆腐 みそ さんま 昆布 牛乳
黄	米 油 でんぷん 砂糖 ジャがいも パン粉 小麦粉	米 里いも 油 でんぷん 砂糖 ごま マヨネーズ	米 麦 油 砂糖 でんぷん 春雨 水あめ	うどん 砂糖	米 里いも 砂糖 ごま
緑	白菜 人参 玉ねぎ チンゲン菜 しめじ きゅうり コーン	大根 人参 ねぎ 小松菜 しょうが ごぼう きゅうり キャベツ 赤ピーマン コーン	ねぎ たら にんにく しょうが しいたけ きくらげ 人参 キャベツ きゅうり	人参 えのき 白菜 ねぎ 春菊 ほうれん草 もやし	人参 ねぎ ごぼう しょうが れんこん 菊 小松菜 しめじ もやし
こんだて	25 ごはん じゃこのつくだに ふうみつげ おでん	26 ごはん ぶたのごまみそあえ しおもみ しらたまじる	27 きんぴらどん (ごはん) あさりのみそじる スイートポテト	28 ごはん チキンのカレーに さつまいもサラダ はくさいのみそじる	29 3年生なし こもくごはん いわしのいそべあげ きくくりごまあえ わかめのみそじる
赤	うすらの卵 がんもどき ちくわ 昆布 ちりめんじゃこ 牛乳	鶏肉 豚肉 みそ 牛乳	豚肉 豆腐 あさり みそ 豆乳 牛乳	油揚げ 打ち豆 みそ 鶏肉 牛乳	ひじき 鶏肉 油揚げ いわし あおさ わかめ みそ 牛乳
黄	米 里いも 砂糖 アーモンド	米 白玉もち ごま 油 砂糖	米 油 砂糖 でんぷん ごま さつまいも 米粉	米 砂糖 さつまいも アーモンド マヨネーズ	米 麦 油 砂糖 ジャがいも ごま 小麦粉
緑	大根 人参 キャベツ きゅうり しょうが	人参 ごぼう 小松菜 大根 ねぎ えのきたけ しょうが キャベツ きゅうり	人参 ごぼう れんこん ピーマン しいたけ 小松菜 ねぎ	えのきたけ 白菜 小松菜 人参 きゅうり 玉ねぎ	人参 グリーンピース ねぎ 菊 もやし ほうれん草

*食材等の都合により、献立を変更することがあります。ご了承ください。