



給食献立表

キッズピーパル給食室

曜日	月	火	水	木	金	土
日		1	2	3	4	5
行事予定						
昼食		ゆかりごはん ミートボールのトマト煮 もやしのおかか和え キャベツのスープ 果物	ハヤシライス ブロッコリーサラダ 玉ねぎとおくらのスープ ゼリー	ごはん 鶏肉の照り焼き キャベツのごま和え じゃがいもの味噌汁 果物	ごはん チャブチェ もやしのナムル わかめのスープ プリン	チャーハン 中華スープ 果物
おやつ		麦茶 しらす焼きおにぎり	牛乳 きなこケーキ	麦茶 ナポリマカロニ	牛乳 いちごジャムサンド	
日	7	8	9	10	11	12
行事予定						
昼食	ごはん カレーコロッケ ブロッコリーの和え物 おくらのすまし汁 ゼリー	のり佃煮ごはん じゃがいものそぼろ煮 小松菜のお浸し もやしの味噌汁 果物	ぎつねうどん 和風サラダ ゼリー	ごはん さばの塩焼き カニ風味和え かき玉すまし汁 果物	ごはん 豚肉の生姜焼き かぼちゃの甘煮 キャベツの味噌汁 ゼリー	かき玉うどん 果物
おやつ	牛乳 ポパイケーキ	麦茶 パン耳かりんとう	牛乳 ココア蒸しパン	麦茶 焼きおにぎり	牛乳 キャロットケーキ	
日	14	15	16	17	18	19
行事予定						
昼食	ごはん あじのごま焼き 切干大根煮 なめこの味噌汁 ゼリー	ごま塩ごはん ボークチャップ 春雨サラダ 青梗菜のスープ 果物	小松菜ひき肉丼 わかめ和え 白菜の味噌汁 ゼリー	ごはん 鶏肉の甘辛炒め ブロッコリーのおかか和え じゃがいもスープ 果物	ごはん 豆腐のうま煮 じゃこサラダ 大根の味噌汁 ゼリー	ナポリタン コンソメスープ 果物
おやつ	牛乳 クッキー	麦茶 バナナヨーグルト	牛乳 豆腐ドーナツ	麦茶 麩のスナック	牛乳 レモンマフィン	
日	21	22	23	24	25	26
行事予定					スペシャル給食デー	
昼食	敬老の日	国民の休日	秋分の日	ごはん 白身魚フライ ひじきの煮物 麩のすまし汁 果物	ロールパン 鶏肉のカレー焼き キャベツのサラダ えのきのスープ ゼリー	煮込みうどん 果物
おやつ				麦茶 おかか焼きおにぎり	牛乳 ココアクッキー	
日	28	29	30			
行事予定						
昼食	ごはん メンチカツ コーンサラダ 豆腐の味噌汁 ゼリー	のり佃煮ごはん 鶏ひきと野菜の炒め物 ブロッコリーのツナ和え キャベツのすまし汁 果物	鶏塩うどん レモン醤油和え ゼリー			
おやつ	牛乳 スノーボール	麦茶 フライドポテト	牛乳 さつまいもの甘煮			



☆仕入れの都合により、献立が変更になる場合があります。



月平均栄養価	
エネルギー	351
たんぱく質	11.7
脂質	9.7
塩分	1.2