

	曜日	メニュー名	赤の食品(主として血・肉・骨になる)	みどりの食品(主として体の調子を整える)	黄色の食品(主として腸を動かす)
			魚・肉・卵・大豆・大豆製品・牛乳・小魚海苔など	野菜・くだもの・きのこなど	穀類・いも類・さとう・油類 +アレルギー含む調味料
1	火	さばのおろし煮 豆腐の中華煮 春雨サラダ ごはん	さば 木綿豆腐 鶏肉 シーチキン	大根 竹の子 人参 きゅうり	春雨 米
2	水	鶏のチリソース 里芋の煮物 ブロッコリーの塩茹で ごはん	鶏肉	玉ねぎ ねぎ ブロッコリー	里芋 米
3	木	文化の日			
4	金	ゆかりごはん しゅうまい 高野豆腐の煮物 オクラのツナ和え	しゅうまい 高野豆腐 シーチキン	オクラ	米
7	月	おろしハンバーグ 大豆の五目煮 もやしサラダ ごはん	ハンバーグ 大豆	大根 人参 ごぼう 椎茸 もやし きゅうり	こんにやく 米
8	火	鶏の照り焼き 大根の煮物 ほうれん草のりし和え ごはん	鶏肉	大根 ほうれん草 のり	米
9	水	チンジャオロース じゃが芋のうま煮 小松菜ナムル ごはん	豚肉	ピーマン パプリカ 玉ねぎ 小松菜 人参	じゃが芋 米
10	木	さわらのみそ焼き ごぼうとこんにやくの煮物 いんげんの醤油和え ごはん	さわら	ごぼう いんげん	こんにやく 米
11	金	豚のすき煮風 大豆の煮物 マカロニサラダ ごはん	豚肉 大豆 シーチキン	白菜 ねぎ きゅうり 玉ねぎ 人参	しらたき マカロニ マヨネーズ 米
14	月	肉団子の酢豚風 れんこんきんぴら 小松菜のごま和え ごはん	肉団子	玉ねぎ れんこん 人参 小松菜	ごま 米
15	火	肉豆腐 こんにやくのおかか煮 切干大根の中華サラダ ごはん	豚肉 木綿豆腐 かつお節 シーチキン	玉ねぎ ねぎ 切干大根 きゅうり	こんにやく 米
16	水	五目野菜炒め かぼちゃの煮物 もやしのゆかり和え ごはん	豚肉	キャベツ もやし 人参 小松菜 かぼちゃ もやし	米
17	木	あじの蒲焼き 切干大根の煮物 チキンサラダ ごはん	あじ 油揚げ 鶏肉	切干大根 キャベツ きゅうり	米
18	金	豚の甘辛炒め キャベツの煮びたし ほうれん草の白和え ごはん	豚肉 油揚げ 木綿豆腐	玉ねぎ キャベツ ほうれん草	米
21	月	半日保育(給食なし)			
22	火	作品展			
23	水	勤労感謝の日			
24	木	手作り弁当(給食なし)			
25	金	手作り弁当(給食なし)			
28	月	照りつくね 春雨の炒め物 わかめサラダ ごはん	つくね 豚肉	キャベツ 玉ねぎ 椎茸 わかめ きゅうり	春雨 米
29	火	年少 おにぎりクッキング (年中・年長はおかず弁当)			
30	水	けんちん汁 豚の生姜焼き 小松菜の塩昆布和え ごはん	油揚げ 豚肉	大根 ごぼう 玉ねぎ 小松菜 人参	塩昆布 米