

日曜	献立名			材 料 名					
	主 食	牛乳 スプーン	お か ず	おもに体の組織をつくる		おもに体の調子を整える		おもにエネルギーになる	
				魚・肉・卵・豆・豆製品	牛乳・小魚・海藻	緑黄色野菜	その他の野菜・果物・きのこ	穀類・いも類・砂糖	油脂
2水	ミルクパン	 ★	とりにくのレモンに アスパラガスのサラダ リゾット	とりにく ベーコン	牛にゆう	にんじん パセリ アスパラガス	たまねぎ エリンギ きゅうり えのきたけ レモン しめじ キャベツ とうもろこし	パン 米 かたくりこ さとう	あぶら ごま オリーブあぶら
3木	夏やさいカレーライス	 ★	こざかなアーモンド げんきサラダ	とりにく ハム かつおぶし	牛にゆう かえり こんぶ	トマト かぼちゃ にんじん ピーマン	たまねぎ きゅうり とうもろこし キャベツ みとよなす にんにく えだまめ	米 麦 さとう	あぶら アーモンド
4金	バターロールパン		みとよなすのトマトソーススパゲティ ガーリックチキン グリーンサラダ シャインマスカット(小中) シャインマスカットゼリー(幼)	とりにく ベーコン	牛にゆう	にんじん トマト ピーマン	たまねぎ キャベツ きゅうり エリンギ にんにく みとよなす とうもろこし シャインマスカット	パン スパゲティ	あぶら
7月	ちゅうかどん		こいわしのからあげ きりぼしだいこんのあまず ミニトマト	ぶたにく	牛にゆう ちりめん かたくちいわし	にんじん ピーマン ミニトマト	たまねぎ とうもろこし しょうが にんにく キャベツ ほししいたけ たけのこ きりぼしだいこん	米 麦 かたくりこ さとう	あぶら ごま ごまあぶら
8火	麦ごはん		おかずじゃこ やさいのおかかあえ なすとあつあげのみそに なし	ぶたにく あつあげ みそ かつおぶし	牛にゆう ちりめん	にんじん チンゲンサイ	たまねぎ きゅうり キャベツ なし しょうが もやし なす にんにく	米 麦 さとう かたく りこ	ごまあぶら あぶら
9水	コッペパン	 ★	とりにくのこうみやき ひじきのマリネ ラタトゥイユ	とりにく ハム	牛にゆう ひじき	にんじん ピーマン かぼちゃ トマト	たまねぎ にんにく きゅうり なす とうもろこし	パン さとう	ごまあぶら あぶら ごま オリーブあぶら
10木	麦ごはん		とうふのちぎりあげ きゅうりのすのもの とんじる	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	牛にゆう ひじき ちりめん わかめ	にんじん ねぎ	キャベツ たまねぎ しょうが ごぼう とうもろこし えだまめ きゅうり	米 麦 さとう こむぎこ さつまいも かたくりこ こんにゃく	あぶら ごま
11金	とりそぼろごはん		さばのごまみそやき やさいのこんぶあえ けんちんじる	さば あぶらあげ みそ とりにく だいず とうふ	牛にゆう こんぶ	にんじん ねぎ	きゅうり キャベツ しょうが えのきたけ えだまめ ごぼう	米 さとう こんにゃく	ごま あぶら ごまあぶら
14月	ダイシモチ麦ごはん		さかなのなんばんづけ やさいのごまドレッシング じゃがいものそぼろに	ぶたにく メルルーサ	牛にゆう	にんじん ねぎ	きゅうり キャベツ たまねぎ	米 麦 さとう かたくりこ こむぎこ じゃがいも	あぶら ごまあぶら ごま
15火	麦ごはん		しゅうまい バンサンスウ みとよなすいりマーボーどうふ	ぶたにく とりにく とうふ だいず みそ	牛にゆう	にんじん	キャベツ ほししいたけ きゅうり しょうが もやし にんにく みとよなす たまねぎ	米 麦 さとう かたくりこ はるさめ こむぎこ	あぶら ごまあぶら
16水	セルフドッグ (ぜんりゅうふんパン)	 ★	(フランクフルト ゆでやさい マイネソース) カレーヌードルスープ ヨーグルト	フランクフルト ぶたにく	牛にゆう ヨーグルト	にんじん トマト さやいんげん	キャベツ きゅうり たまねぎ エリンギ	パン じゃがいも ふしめん	あぶら
17木	はぎごはん		はものからあげ キャベツのかおりあえ ふしめんじる	はも あずき あぶらあげ	牛にゆう	にんじん ねぎ	えだまめ キャベツ きゅうり たまねぎ えのきたけ すだち	米 もち米 さとう かたくりこ ふしめん	あぶら ごま
18金	こめこパン	 ★	とりにくのトマトソースかけ ABC スープ ごぼうのサラダ いちごジャム	とりにく ベーコン	牛にゆう	にんじん トマト パセリ	キャベツ たまねぎ ごぼう とうもろこし エリンギ いちご	パン さとう マカロニ	あぶら ごま
24木	さんしょくごはん	 ★	すましじる さつまいもチップス	とりにく こうやどうふ とうふ あぶらあげ たまご	牛にゆう わかめ	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ えのきたけ しょうが	米 麦 さとう さつまいも	あぶら
25金	くりごはん		たちうおのからあげ さといものみそしる すだちふうみづけ おつきみゼリー	たちうお あぶらあげ かまぼこ みそ	牛にゆう	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ もやし すだち えのきたけ	米 くり さとう さといも かたくりこ	あぶら
28月	麦ごはん		さけのレモンじょうゆ さんしょくあえ もずくのみそしる	さけ とうふ あぶらあげ みそ	牛にゆう もずく	にんじん ねぎ こまつな	たまねぎ キャベツ しょうが えのきたけ レモン	米 麦 さとう	ごま
29火	麦ごはん		ぶたにくのしょうがいため すいとんじる やさいのしそあえ わせみかん	ぶたにく あぶらあげ	牛にゆう	にんじん ねぎ しそ	たまねぎ もやし えのきたけ しょうが キャベツ きゅうり みかん	米 麦 さとう すいとん かたくりこ	ごまあぶら
30水	コッペパン	 ★	とうふハンバーグ キャロットサラダ ポトフ	とりにく とうふ ツナ ウィンナー	牛にゆう	にんじん パセリ	キャベツ たまねぎ	パン さとう じゃがいも マカロニ	あぶら

※ 献立・材料は、都合により変更することがあります。 ※ はしは、毎日持ってきてましょう。★の日は、スプーンがつきます。※ 幼稚園では、安全面を重視し「節分の豆」「ミニトマト」「ブドウ」の提供を中止いたします。

★ ☆ ★ 給食に登場する三豊市・香川県産の食材をご紹介 ☆ ★ ☆

 アスパラガス(さめきのめざめ) 香川県のオリジナル品種。甘みが強く、長くて太く、柔らかいことが特徴。新鮮なものは、生でも食べられるほど。	 三豊なす 普通のなすの約3倍も大きく、皮が柔らかいのが特徴。収穫まで時間がかかるため、希少価値の高い野菜。	 シャインマスカット 種がなく、皮ごと食べられる大粒のマスカット。さわやかな香りで甘味が強く、サクサクとした歯応えの新食感が特徴。
---	--	--