

日・曜	献立名	主な材料とその働き			午後のおやつ
		主に体をつくるものになるもの 赤の仲間 (牛乳、魚、肉、卵、大豆製品、海藻)	主に体の調子を整えるものになるもの 緑の仲間 (野菜、果物、きのこ)	主にエネルギーのもとになるもの 黄の仲間 (穀類、いも類、砂糖、油脂、種実)	
1金	中華おこわ(センター炊飯) ミニゼリー(りんご) ワンタンスープ 春巻き	牛乳 豚肉 鶏肉	にんじん、えだまめ、干しいたけ チンゲンサイ、にんじん、ねぎ、干しいたけ 春巻き	米、もち米、さとう、米油 ミニゼリー(りんご) ワンタン、米油 米油	ヨーグルト
2土	おにぎり弁当 型抜きチーズ オレンジ	牛乳 ポークウインナー チーズ		おにぎり オレンジ	
4月	ひじきごはん(センター炊飯) 沢煮椀 米粉の絆万野菜あんかけ	牛乳 鶏肉、ひじき 豆腐、豚肉、くきわかめ 米粉のホキフライ	にんじん、こんにゃく、しめじ、えだまめ 大根、にんじん、みつば もやし、赤ピーマン	米、さとう、米油 米油 米油、さとう、でんぷん	てづくりホットゼリー (にんじん、レモン果汁、クールゼリー)
5火	ごはん(各園炊飯) ドライカレー ツナサラダ 野菜のグラタン	牛乳 豚肉、豚レバー まぐろ油漬	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、きゅうり 野菜のグラタン	米 さとう、米油 さとう、米油	ミニどうぶつビスケット
6水	五目ごはん(センター炊飯) そうめん汁 かぼちゃのそぼろ煮	牛乳 油揚げ 鶏肉、かまぼこ 豚肉	にんじん、こんにゃく、ごぼう、しめじ、干しいたけ にんじん、ほうれん草、干しいたけ かぼちゃ、いんげん	米、さとう、米油 そうめん乾、米油 米油、さとう、でんぷん	かみかみおやつ 3-5歳児：豆腐屋さんかりんどう 0-2歳児：かぼちゃポーロ
7木	ロールパン チキンピーズ ポテトサラダ 白身魚フリッター	牛乳 鶏肉、大豆 ハム 白身魚フリッター	たまねぎ、にんじん、トマトジュース、パセリ きゅうり、にんじん	ロールパン さとう、米油 じゃがいも、卵無しマヨネーズ	野菜ゼリー
8金	ごはん(センター炊飯) 型抜きチーズ 中華飯 鶏肉の南蛮だれ	牛乳 チーズ 豚肉 鶏肉		米 キャベツ、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、干しいたけ にんじん、たまねぎ	ミルクプリン でんぷん、米油 さとう、でんぷん
9土	おにぎり弁当 魚肉ソーセージ オレンジ	牛乳 ポークウインナー 魚肉ソーセージ		おにぎり オレンジ	
12~15日 家庭弁当					
18月	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ エビカツレツ ひじき煮 ゴママカロニサラダ みかんゼリー	牛乳 エビカツレツ ひじき、まぐろ油漬	野菜ふりかけ にんじん ミックスベジタブル	ごはん 大豆油 さとう マカロニ、ゴマドレッシング みかんゼリー	ミニ野菜スティック
19火	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ キャベツメンチカツ ナポリタンスパゲティー チンゲン菜ツナ和え パインシロップ煮	牛乳 キャベツメンチカツ まぐろ油漬	野菜ふりかけ キャベツメンチカツ ピーマン、たまねぎ、ナポリタンソース チンゲン菜、キャベツ、にんじん パイン	ごはん 大豆油 スパゲティー、サラダ油 さとう	ブルーベリーゼリー
20水	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ 照焼きチキン 大根の煮物 糸切り昆布の炒め煮 黄桃シロップ煮	牛乳 鶏肉 豚肉 刻み昆布	野菜ふりかけ 大根、にんじん いんげん、にんじん 黄桃	ごはん じゃがいも、さとう、サラダ油	畑のクラッカー 野菜&果物ジュース
21木	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ 野菜コロッケ 高野豆腐の旨煮 大根サラダ みかんゼリー	牛乳 高野豆腐、まぐろ油漬	野菜ふりかけ いんげん、にんじん 大根、小松菜、にんじん、とうもろこし	ごはん 野菜コロッケ、大豆油 さとう フレンチ白ドレッシング みかんゼリー	一口しょうゆせんべい
22金	委託弁当 ごはん 赤しそ粉 カレーソースハンバーグ ジャーマンポテト 白菜と小松菜のツナ和え りんごゼリー	牛乳 ハンバーグ ウスターソース 豚肉 ミックスベジタブル、たまねぎ まぐろ油漬、かつお粉砕	赤しそ粉 ウスターソース ミックスベジタブル、たまねぎ 白菜、小松菜	ごはん カレールウ じゃがいも、サラダ油 さとう りんごゼリー	ぶどうゼリー
23土	ハムロールパン 型抜きチーズ オレンジ	白桃 豆乳 チーズ		パン、マヨネーズ オレンジ	
25月	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ 豆腐野菜ハンバーグ ミートソースマカロニ フレンチサラダ 黄桃シロップ煮	牛乳 豆腐野菜ハンバーグ	野菜ふりかけ たまねぎ、ピーマン、ミートソース キャベツ、小松菜、にんじん、とうもろこし 黄桃	ごはん マカロニ フレンチ白ドレッシング	カルテツおさかなサブレ
26火	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ ゴマ照焼きチキン 大根煮 チンゲン菜の和え物 杏仁豆腐	牛乳 鶏肉	野菜ふりかけ だいこん、にんじん チンゲン菜、キャベツ、とうもろこし パイン	ごはん ごま さとう さとう 杏仁豆腐	おから入り揚げあられ
27水	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ 豚ヒレカツ やきそば 大根マリネサラダ りんごゼリー	牛乳 豚ヒレカツ 豚肉	野菜ふりかけ キャベツ、にんじん だいこん、にんじん、とうもろこし、ピーマン	ごはん 大豆油 焼きそば、サラダ油 マリネレモンドレッシング りんごゼリー	ベジタブルせんべい 発酵乳65ml
28木	委託弁当 ごはん 野菜ふりかけ 焼き餃子 肉じゃが ごま酢あえ みかんゼリー	牛乳 豚肉	野菜ふりかけ 焼き餃子 たまねぎ、にんじん、糸こんにゃく キャベツ、とうもろこし、しょうが	ごはん じゃがいも、さとう、サラダ油 さとう、ごま みかんゼリー	ミニミレービスケット
29金	委託弁当 ごはん 赤しそ粉 シャキシャキ肉だんご 切干煮 キャベツと小松菜の和え物 りんごゼリー	牛乳 シャキシャキ肉だんご まぐろ油漬	赤しそ粉 切干大根、いんげん、にんじん キャベツ、小松菜	ごはん さとう さとう りんごゼリー	カリボテミニ
30土	おにぎり弁当 一口チーズ 魚肉ソーセージ	牛乳 ポークウインナー チーズ 魚肉ソーセージ		おにぎり	

アレルギー用献立表、詳細な献立材料表や給食レシピは長久手市のホームページに掲載しています。ご参考ください。
※都合により食材を変更させていただく場合があります。