

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土	おにぎり弁当 型抜きチーズ 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	
4火	ごはん(各園炊飯) 肉豆腐 白菜の柚香和え 白ごまつくね	牛乳 豆腐、豚肉	たまねぎ、えのきたけ、にんじん、干しいたけ はくさい、ほうれん草、ゆずかじゅう	米 さとう、米油 さとう	りんごゼリー
5水	ごはん 一口チーズ はるさめスープ 切干大根のサラダ きょうざ	牛乳 チーズ 鶏肉	たまねぎ、にんじん、ねぎ、しょうが きゅうり、にんじん、切干大根 きょうざ	ごはん はるさめ、米油 ごま、さとう、ごま油	ブルーベリータルト
6木	ロールパン ミネストローネ さつまいもサラダ オムレツ	牛乳 豚肉	たまねぎ、トマト、キャベツ、にんじん、セロリ、パセリ きゅうり、にんじん	ロールパン マカロニ、さとう、米油 さつまいも、卵無しマヨネーズ	やさいのボーロ
7金	ごはん きしめん汁 キャベツとじゃこのサラダ 鶏肉の照り焼き	牛乳 豚肉、かまぼこ、油揚げ しらす干し 鶏肉	にんじん、ねぎ、干しいたけ キャベツ、にんじん	ごはん きしめん さとう さとう、でんぶん	かぼちゃプリン
8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	
10月	ごはん ミニゼリー(洋なし) すまし汁 三色和え 子持ちししゃもフリッター	牛乳 豆腐、かまぼこ	えのきたけ、にんじん、みつば、干しいたけ チンゲンサイ、にんじん、とうもろこし	ごはん ミニゼリー(洋なし) さとう	ミニどうぶつビスケット 発酵乳65ml
11火	えびピラフ(センター炊飯) キャベツの豆乳スープ れんこんサンドフライ	牛乳 えび、鶏肉 豆乳、ベーコン	たまねぎ、にんじん、グリーンピース キャベツ、とうもろこし、にんじん れんこんサンドフライ	アルファ化米、米油 じゃがいも 米油	ヨーグルト
12水	ごはん 豚汁 キャベツの即席漬け そぼろごはん	牛乳 豆腐、豚肉、みそ 鶏肉	大根、ごぼう、こんにゃく、にんじん、ねぎ キャベツ、きゅうり、干切り大根漬 たまねぎ、にんじん、グリーンピース	ごはん 米油 さとう、米油	水族館クッキー
13木	白玉うどん 五目うどん ほうれんそうのおかか和え だし巻き卵	牛乳 鶏肉、かまぼこ、油揚げ かつおぶし だし巻きたまご	はくさい、にんじん、ねぎ、干しいたけ ほうれん草、もやし、にんじん	うどん でんぶん、米油 さとう	ミニ野菜スティック
14金	ごはん なす入りマーボー豆腐 ごま酢サラダ みかん	牛乳 豆腐、豚肉、みそ まぐろ油漬け	なす、ねぎ、にら キャベツ、きゅうり、赤ピーマン みかん	ごはん さとう、でんぶん、米油 ごま、ごま油	おむすびのせんべい
15土	ハムロールパン 一口チーズ 魚肉ソーセージ	白桃 豆乳 ハム チーズ 魚肉ソーセージ		パン、マヨネーズ	
17月	ごはん 吉野汁 彩り和え さばみそ煮	牛乳 生揚げ、鶏肉	大根、にんじん、ごぼう、ねぎ キャベツ、きゅうり、にんじん、野菜ふりかけ	ごはん でんぶん	星つ子
18火	ごはん(各園炊飯) 中華飯 ハンサンスー 春巻き	牛乳 豚肉 ハム	はくさい、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、干しいたけ キャベツ、きゅうり、にんじん 春巻き	米 でんぶん、米油 はるさめ、さとう、ごま油 米油	かみかみおやつ 2-5歳児：豆腐屋さんかりんどう 0、1歳児：かぼちゃボーロ
19水	ごはん たまねぎのみそ汁 小松菜のごま和え 和風ハンバーグ(大根)	牛乳 油揚げ、みそ	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ ごまつな、もやし 大根	ごはん さとう、ごま	ぶどうゼリー
20木	スライスパン いちごジャム ペンネのトマト煮 枝豆サラダ りんご	牛乳 豚肉 ベーコン	いちごジャム たまねぎ、にんじん、トマト、グリーンピース キャベツ、えだまめ、きゅうり りんご	スライスパン ペンネ、さとう、オリーブ油 さとう、米油	カルテツスティック
21金	ごはん カレーライス 白菜サラダ 白身魚ナゲット	牛乳 豚肉、粉チーズ、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、トマト、パナナ、りんご はくさい、きゅうり	ごはん じゃがいも、ごまご、バター、米油 さとう、米油	野菜ウエハース 野菜&果物ジュース
22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	
25火	チキンライス(センター炊飯) コンソメスープ 野菜のグラタン	牛乳 鶏肉 ベーコン 野菜のグラタン	たまねぎ、にんじん、とうもろこし、グリーンピース キャベツ、たまねぎ、にんじん、マッシュルーム、パセリ	アルファ化米、さとう、オリーブ油	みかんゼリー
26水	ごはん 中華コーンスープ ナムル 揚げ鶏香味だれ	牛乳 ベーコン	とうもろこし、たまねぎ、にんじん もやし、ほうれん草、にんじん ねぎ	ごはん でんぶん、米油 さとう、ごま、ごま油 米油、さとう	スイートポテト
27木	ソフト麺 肉みそかけ 大根サラダ オレンジ	牛乳 豚肉、みそ、はんぺん ハム	たまねぎ、にんじん、ねぎ 大根、きゅうり、にんじん オレンジ	ソフト麺 さとう、でんぶん、米油 さとう	カルテツゴフレット
28金	ごはん きのこ汁 千草和え いわしの梅煮	牛乳 豆腐、豚肉 油揚げ いわし梅煮	えのきたけ、しめじ、ほうれん草、ごぼう、干しいたけ ほうれん草、キャベツ、にんじん	ごはん 米油 さとう	バジタブルせんべい
29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。