



日 曜	* こんだて *	赤の食品 (おもに体をつくる)		緑の食品 (おもに体の調子をととのえる)		黄の食品 (おもにエネルギーとなる)		カロリー
		幼稚園		小学校		中学校		
2 月	麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦			幼:中止 587 755
	さんまの甘露煮	さんま						
	ごまあえ			キャベツ 小松菜 にんじん こんにゃく	ごま ねりごま さとう			
	さつまい	焼き豆腐 みそ いりこ あご		にんじん 大根 ごぼう ねぎ こんにゃく	さつまいも			
3 火	(泗水小): ココア揚げパン (幼・東小・西小・中) 食パン				パン さとう			443 614 871
	牛乳	牛乳						
	鮭フライ (中のみ)	鮭						
	マカロニサラダ	卵 豆乳		にんじん ブロccoli	マカロニ マヨネーズ さとう			
	肉団子スープ	肉団子		玉ねぎ にんじん ねぎ しょうが	春雨			
★お月見メニュー★								
4 水	麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦			567 617 713
	根菜ハンバーグ	とり肉 ひじき		玉ねぎ ごぼう にんじん				
	さといものサラダ	かつお節		えだ豆 コーン	さといも ごま			
	いわしつみれ汁 お月見団子	いわしつみれ わかめ いりこ あご		たけのこ にんじん しいたけ ねぎ	春雨 お月見団子 (こしあん)			
★目の愛護デーメニュー★ 目の健康に良い食べ物が登場するよ♪								
5 木	食パン ブルーベリージャム				食パン ブルーベリージャム			558 639 815
	牛乳 かぼちゃコロッケ	牛乳 豆		かぼちゃ				
	キャベツとほうれん草のサラダ			キャベツ ほうれん草 コーン	アーモンド さとう			
	キャロットポタージュ	とり肉 牛乳 豆乳		にんにく 玉ねぎ にんじん パセリ	じゃがいも 生クリーム 油			
~味めぐり (岐阜県の味) ~								
6 金	麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦			534 597 722
	けいちゃん	とり肉 赤みそ		にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ キャベツ もやし	さとう 油			
	豆腐のすまし汁	豆腐 わかめ かまぼこ 昆布 かつお節		えのきたけ ねぎ				
	ももゼリー				ももゼリー			
12 木	玄米パン 牛乳	牛乳			玄米パン			541 622 753
	肉きつねうどん	ぶた肉 油あげ 昆布 かつお節		白菜 にんじん しいたけ ねぎ	さとう うどんめん			
	かみかみあえ	さきいか		大根 きゅうり にんじん	さとう ごま ごま油			
	りんご			りんご				
13 金	チキンライス	とり肉 ウインナー		玉ねぎ コーン	米 バター 油			幼:中止 680 852
	牛乳	牛乳						
	ほうれん草オムレツ	卵		ほうれん草				
	ビーンズサラダ	大豆		えだ豆 キャベツ きゅうり	さとう マヨネーズ			
	わかめスープ	わかめ 豆腐		玉ねぎ ねぎ	ごま油			
ふるさとくまさんデー (さといも)								
16 月	麦ごはん 牛乳	牛乳			米 麦			545 619 755
	さといものそぼろ煮	とり肉 大豆 厚揚げ		しょうが こんにゃく にんじん 玉ねぎ しいたけ えだ豆	さといも さとう			
	わかめのみそ汁	わかめ 油あげ みそ 昆布 かつお節		えのきたけ 小松菜 ねぎ				
	梨			梨				
17 火	黒糖パン				黒糖パン			511 662 820
	牛乳	牛乳						
	馬肉コロッケ	馬肉		玉ねぎ	じゃがいも			
	フレンチサラダ			キャベツ きゅうり みかん りんご レーズン	オリーブ油 さとう			
	ミネストローネ	ひよこ豆 ベーコン チーズ		玉ねぎ にんじん キャベツ トマト缶 パセリ	じゃがいも オリーブ油			



日 曜	* こんだて *	赤の食品 (おもに体をつくる)			緑の食品 (おもに体の調子をととのえる)			黄の食品 (おもにエネルギーとなる)			カロリー
		赤の食品 (おもに体をつくる)			緑の食品 (おもに体の調子をととのえる)			黄の食品 (おもにエネルギーとなる)			幼稚園 小学校 中学校
18 水	わかめごはん 牛乳	牛乳 わかめ					米 麦			601 658 中:中止	
	さんまのかぼすレモン煮	さんま	かぼす レモン								
	ブロッコリーのアーモンドあえ	ちりめん	ブロッコリー キャベツ にんじん コーン				アーモンド さとう ごま油				
	なめこ汁	豆腐 わかめ みそ いりこ あご	なめこ えのきたけ ねぎ								
19 木	(幼・東小・西小) ココア揚げパン (泗水小・中) 米粉パン						パン さとう		516 580 765		
	牛乳 キャベツのメンチカツ (中のみ)	牛乳 ぶた肉 とり肉	キャベツ								
	パンプキンサラダ	米みそ 豆乳	かぼちゃ コーン きゅうり				マカロニ アーモンド マヨネーズ さとう				
	野菜のスープ煮	とり肉 豆	にんにく 玉ねぎ にんじん 白菜 パセリ				オリーブ油 じゃがいも				
20 金	麦ごはん 牛乳	牛乳					米 麦		543 613 756		
	きのこカレー	とり肉 チーズ	にんにく しょうが にんじん 玉ねぎ えのきたけ しめじ エリンギ マッシュルーム グリーンピース				じゃがいも カレールー 油				
	れんこんとツナのサラダ	ツナ 海藻	れんこん ブロッコリー きゅうり				ごま ごま油 さとう				
23 月	麦ごはん						米 麦		552 630 中:中止		
	牛乳	牛乳									
	酢豚	ぶた肉	しょうが にんじん 玉ねぎ ピーマン たけのこ しいたけ				でん粉 さとう ごま油				
	スーミータン	卵 ベーコン	コーン ねぎ								
24 火	(中) ココア揚げパン (幼・東小・西小・泗水小) 米粉入りかぼちゃパン						パン さとう		573 672 891		
	牛乳	牛乳									
	秋の香りシチュー	とり肉 牛乳 チーズ	にんじん 玉ねぎ しめじ エリンギ グリンピース				さつまいも シチュールー				
	カリフラワーのカレーサラダ	ハム	カリフラワー ほうれん草 玉ねぎ にんじん コーン				マヨネーズ カレー粉				
25 水	麦ごはん 牛乳	牛乳					米 麦		幼:中止 608 745		
	おでん	とり肉 厚揚げ うずらの卵 ちくわ 昆布 かつお節	にんじん こんにゃく 大根				さといも				
	すみそあえ	わかめ 米みそ	きゅうり にんじん				さとう ごま				
	ふりかけ	ふりかけ									
26 木	ミルクパン 牛乳	牛乳					ミルクパン		幼:中止 639 806		
	八宝菜	ぶた肉 いか かまぼこ	玉ねぎ にんじん 白菜 ねぎ もやし たけのこ きくらげ しょうが にんにく				でん粉 油				
	いりことナッツのあめ煮	いりこ					カシューナッツ アーモンド さとう ごま				
	みかん		みかん								
27 金	麦ごはん 牛乳	牛乳					米 麦		560 617 756		
	いわしの生姜煮	いわし	しょうが								
	カシューナッツあえ		キャベツ にんじん 小松菜				カシューナッツ さとう				
	ぶた汁	ぶた肉 みそ いりこ	にんじん 大根 ごぼう ねぎ こんにゃく しいたけ しょうが				さといも				
30 月	ゆかりごはん 牛乳	牛乳	ゆかり				米 麦		553 610 767		
	千草焼き	卵 とり肉 チーズ	しいたけ 玉ねぎ にんじん ほうれん草								
	切り干し大根の煮物	ちりめん 油あげ	切り干し大根 にんじん しいたけ				さとう				
	さといもと白菜のみそ汁	豆腐 みそ 昆布 かつお節	白菜 ねぎ				さといも				
31 火	★ハロウィンメニュー★										
	米粉入りにんじんパン 牛乳	牛乳					米粉入りにんじんパン		539 624 801		
	きのこの和風パスタ	とり肉	しめじ エリンギ 切り干し大根 にんじん 玉ねぎ 小松菜 にんにく				スパゲッティー バター オリーブ油				
	コーンサラダ		キャベツ きゅうり にんじん コーン				オリーブ油 さとう				
	ハロウィンデザート						ハロウィンデザート				

\* 都合により献立や食材は変更することがあります。ご了承ください。