



*誕生会の日は、主食はいりません

日	曜	行事予定	卵使用有無	副 食	食 材	おやつ
1	水		○	ふーよーはい・きやべつとつなのすのもの・くだもの	たまご・かにふうみかまぼこ・たまねぎ・たけのこ・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・ぎゅうにゅう・かたくりこ/つなかん・きやべつ・きゅうり・にんじん・す	ぎゅうにゅう・おかし
2	木		○	とうふのこぼんあげ・ぶろっこりーのしおゆで・ちゅうかさらだ・くだもの	とうふ・ぶたひきにく・にんじん・たまねぎ・ねぎ・しらすぼし・かたくりこ・たまご・けちやっぶ/ぶろっこりー/はるさめ・たまご・きゅうり・にんじん・す・ごまあぶら	おちゃ・よーぐると
3	金					
4	土					
5	日					
6	月					
7	火			はやし・ぼてとさらだ・くだもの	ぎゅうもも・たまねぎ・にんじん・はやしらいすのるー/じゃがいも・きゅうり・ほーるこーん・にんじん・す	ぎゅうにゅう・おかし
8	水		○	ふわふわとうふなげつと・れたす・じゃがいものそてー・くだもの	とりひきにく・とうふ・たまねぎ・にんじん・まよねーず・たまご・かたくりこ・けちやっぶ/れたす/ペーこん・じゃがいも・にんじん・びーまん・とりがらすーぶのもと	くろれら・おかし
9	木	サッカー	○	あつやきたまご・こふきいも・みそしる・くだもの	とりひきにく・にんじん・たまねぎ・ねぎ・たまご/じゃがいも・ぼせり/あぶらあげ・きやべつ・にんじん・ねぎ・わかめ・にぼし・みそ	ぎゅうにゅう・ぼうちーず・おかし
10	金	避難訓練	○	(ようじ)さばのしおやき・(にゅうじ)しろみぎかなのにつけ・ぐりーんあすばらがすのしおゆで・とまと・じゃがいものふくめに・くだもの	(ようじ)さば(にゅうじ)しろみぎかな/あすばらがす/とりもも・じゃがいも・にんじん・にぼし	ぎゅうにゅう・かつぶけーき
11	土			ぼーくびーんず・わふうさらだ・くだもの	ぶたもも・だいず・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ぐりんびーず・けちやっぶ・とりがらすーぶのもと/わかめ・れたす・きゅうり・とまと・ほーるこーん・ごま・す	ぎゅうにゅう・おかし
12	日					
13	月		○	とうふのこぼんあげ・ぶろっこりーのしおゆで・ちゅうかさらだ・くだもの	とうふ・ぶたひきにく・にんじん・たまねぎ・ねぎ・しらすぼし・かたくりこ・たまご・けちやっぶ/ぶろっこりー/はるさめ・たまご・きゅうり・にんじん・す・ごまあぶら	かるびす・おかし
14	火	英会話	○	ちゃんぼんめん・かぼちゃのそぼろに・くだもの	ちゅうかめん・ぶたもも・かまぼこ・ちゅうかすーぶのもと・たまご・はくさい・たまねぎ・もやし・にんじん・ねぎ/とりひきにく・かぼちゃ・かたくりこ	ぎゅうにゅう・ばーむくーへん
15	水	ミニ遠足	○	さかなのごまやきさくさく・ぶろっこりーのしおゆで・とまと・ころころさらだ・くだもの	しろみぎかな・ぼんこ・ごま・まよねーず・うすたーそーす/ぶろっこりー/とまと/じゃがいも・きゅうり・にんじん・ほーるこーん・す	ぎゅうにゅう・おかし
16	木	内科健診		ぎゅうにくととうふのみそだき・ほうれんそうのしらすあえ・くだもの	ぎゅうもも・やきどうふ・ねぎ・にんじん・たまねぎ・みそ・かたくりこ/ほうれんそう・にんじん・しらすぼし	ぎゅうにゅう・ぜりー
17	金			ぶたのしょうがやき・ぼいるきやべつ・みそしる・くだもの	ぶたろーす・しょうが・たまねぎ/きやべつ・にんじん/さつまいも・にんじん・だいこん・あぶらあげ・にぼし・みそ	ぎゅうにゅう・こっぺばん
18	土		○	たにんに・こまつなのおかかあえ・くだもの	たまご・ぎゅうもも・たまねぎ・にんじん・ねぎ・なまししいたけ・いとこんにやく/こまつな・にんじん・ちくわ・はなかつお	ぎゅうにゅう・ぼうちーず・おかし
19	日	町民運動会				
20	月	身体測定		かれー・わふうさらだ・くだもの	だいず・ぎゅうもも・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ぐりんびーず・かれーるー/れたす・きゅうり・かにふうみかまぼこ・にんじん・わかめ・す	ぎゅうにゅう・おかし
21	火	降誕会	○	(ようじ)さばのしおやき・(にゅうじ)しろみぎかなのにつけ・ぐりーんあすばらがすのしおゆで・とまと・じゃがいものふくめに・くだもの	(ようじ)さば(にゅうじ)しろみぎかな/あすばらがす/とりもも・じゃがいも・にんじん・にぼし	ぎゅうにゅう・かつぶけーき
22	水	ミニ遠足予備日	○	あつやきたまご・こふきいも・みそしる・くだもの	とりひきにく・にんじん・たまねぎ・ねぎ・たまご・おさけ/じゃがいも・ぼせり/あぶらあげ・きやべつ・にんじん・ねぎ・わかめ・にぼし・みそ	ぎゅうにゅう・ぼうちーず・おかし
23	木	サッカー	○	ふわふわとうふなげつと・れたす・じゃがいものそてー・くだもの	とりひきにく・とうふ・たまねぎ・にんじん・まよねーず・たまご・かたくりこ・けちやっぶ/れたす/ペーこん・じゃがいも・にんじん・びーまん・とりがらすーぶのもと	くろれら・おかし
24	金		○	さかなのごまやきさくさく・ぶろっこりーのしおゆで・とまと・ころころさらだ・くだもの	しろみぎかな・ぼんこ・ごま・まよねーず・うすたーそーす/ぶろっこりー/とまと/じゃがいも・きゅうり・にんじん・ほーるこーん・す	ぎゅうにゅう・おれんじぜりー
25	土		○	ちゃんぼんめん・かぼちゃのそぼろに・くだもの	ちゅうかめん・ぶたもも・かまぼこ・ちゅうかすーぶのもと・たまご・はくさい・たまねぎ・もやし・にんじん・ねぎ/とりひきにく・かぼちゃ・かたくりこ	ぎゅうにゅう・おかし
26	日					
27	月		○	ぼーくびーんず・わふうさらだ・くだもの	ぶたもも・だいず・じゃがいも・たまねぎ・にんじん・ぐりんびーず・けちやっぶ・とりがらすーぶのもと/わかめ・れたす・きゅうり・とまと・ほーるこーん・ごま・す	ぎゅうにゅう・ばーむくーへん
28	火	誕生日会/英会話	○	まめごはん・しろみぎかなのふらい・ふらいどぼてと・とまと・わふうぐりーんさらだ・くだもの	えんどうまめ/しろみぎかな・はくりきこ・たまご・ぼんこ・おこのみそーす・けちやっぶ/じゃがいも/とまと/ぶろっこりー・きゅうり/れたす・ほーるこーん・す	かるびす・おかし
29	水	どんぐりぼーや		ぎゅうにくととうふのみそだき・ほうれんそうのしらすあえ・くだもの	ぎゅうもも・やきどうふ・ねぎ・にんじん・たまねぎ・みそ・ほんみりん・かたくりこ/ほうれんそう・にんじん・しらすぼし	おちゃ・よーぐると
30	木		○	ふーよーはい・きやべつとつなのすのもの・くだもの	たまご・かにふうみかまぼこ・たまねぎ・たけのこ・にんじん・ほししいたけ・ねぎ・ぎゅうにゅう・かたくりこ/つなかん・きやべつ・きゅうり・にんじん・す	ぎゅうにゅう・おかし
31	金		○	ぶたのしょうがやき・ぼいるきやべつ・みそしる・くだもの	ぶたろーす・しょうが・たまねぎ/きやべつ・にんじん/さつまいも・にんじん・だいこん・あぶらあげ・にぼし・みそ	ぎゅうにゅう・こっぺばん