



たなぼたメニュー

ひやしうどん
ほしポテト
パンパンジーサラダ
たなぼたゼリー



今月の舟形町の食材

アスパラガス きゅうり
にら なす ピーマン
トマト マッシュルーム
ねぎ じゃがいも

★エネルギー ○たんぱく質 △脂質 ◆塩分

曜日 日にち	月	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5
献立		さけフライ きゅうりのナムル みそしる ミニゼリー	ぶたのしょうがやき なつやさいサラダ みそしる パイ	さばのみりんぼし ごもくひじき とりじる チーズ	なつやさいカレー ふくじんづけ チンゲンサイととうふのスープ みかんゼリー	ちゅうかどんぶり みそしる ヨーグルト
材料		鮭、小麦粉、パン粉、油、ソース きゅうり、もやし、人参、ｺｰﾝ ごま油、里芋、ねぎ、油揚げ みそ、かつお節、ゼリー	豚肉、玉ねぎ、生姜、油、ｱｽﾊﾟﾗ きゅうり、ﾄﾏﾄ、ｺｰﾝ、ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ 厚揚げ、えのき、にら、みそ かつお節、パイ	さば、醤油、みりん、砂糖 ひじき、油揚げ、しらたき、人参 油、大豆、鶏肉、大根、ねぎ ごぼう、かつお節、チーズ	豚肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ なす、ｱｽﾊﾟﾗ、にんにく、生姜 ﾙｳ、福神漬、豆腐、玉ねぎ、えのき ﾌｧｯｼｮﾝ、かつお節、ゼリー	豚肉、椎茸、人参、玉ねぎ ｷｬﾍﾞﾂ、もやし、にんにく、生姜 ごま油、中華だし、小松菜、片栗粉 鮭、みそ、かつお節、ﾕｰｸﾞﾙﾄ
おやつ		ハーベスト ぎゅうにゅう	ｱﾊﾞﾏﾝｾﾝﾍﾞｲ ぎゅうにゅう	ぱりんこ(しお) ｼｮｰﾍﾞｯﾄ	ｼｬｰﾍﾞｯﾄ	おせんべい
栄養成分		★551 △18.8 ○22.6 ◆1.5	★528 △14.6 ○26.0 ◆1.4	★562 △22.0 ○23.6 ◆1.6	★506 △15.6 ○15.1 ◆1.5	
日にち	7	8	9	10	11	12
献立	★ たなぼたおたのしみかい ※ ごはんはいりません	かつおとこうやどうふのあげに すきこんぶいため みそしる パナナ	ミニオムレツ さといもとりにくのいために みそしる メロン	とりのからあげ ひじきサラダ みそしる パイ	ドライカレー アスパラのちゅうかスープ フルーツヨーグルト	マーボーどんぶり みそしる チーズ
材料	うどん、わかめ、なると、天かす ごま、めんつゆ、きゅうり、もやし 人参、鶏肉、ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ、じゃが芋 油、ゼリー(パイ)	かつお、高野豆腐、片栗粉、油 砂糖、ごま、枝豆、すき昆布、白滝 さつま揚げ、いんげん、人参、玉ねぎ なす、みそ、かつお節、パナナ	卵、ﾌｧｯｼｮﾝ、砂糖、油、ﾌｧｯｼ 鶏肉、里芋、人参、こんにゃく 椎茸、いんげん、豆腐、ねぎ わかめ、みそ、かつお節、メロン	鶏肉、生姜、片栗粉、油、きゅうり ひじき、ｱｽﾊﾟﾗ、人参、ツナ、酢 ｺｰﾝ、砂糖、ごま油、えのき、みそ 小松菜、玉ねぎ、かつお節、ﾋﾞｬﾝ 伍	鶏肉、玉ねぎ、人参、大豆、ﾌｧｯ 生姜、枝豆、ﾙｳ、ソース、ﾌｧｯｼ ｶｰﾎﾟ、ﾌｧｯｼ、椎茸、ﾌｧｯｼ、油 みかん、パイ、パナナ、ﾕｰｸﾞﾙﾄ	豚肉、豆腐、ねぎ、人参、生姜 ごま油、みそ、砂糖、片栗粉 鮭、小松菜、みそ、かつお節 チーズ
おやつ	ほしたべよ ぎゅうにゅう	ヨーグルト おせんべい	パンダクッキー ぎゅうにゅう	ソフトせんべい ぎゅうにゅう	バームクーヘン ぎゅうにゅう	クッキー
栄養成分	★530 △17.2 ○18.9 ◆1.8	★535 △12.5 ○23.8 ◆1.5	★532 △17.7 ○23.4 ◆1.5	★595 △16.7 ○29.0 ◆1.5	★579 △19.6 ○20.8 ◆1.4	
日にち	14	15	16	17	18	19
献立	にくだんご ビーフンいため みそしる チーズ	あかうおのみそやき ぶたとｱｽﾊﾟﾗのしおだれいため すましじる パナナ	タンドリーチキン おかかあえ ごめごめいりごもくじる パイ	★土曜日のメニュー さんまのかばやき かいそうサラダ みそしる ミニゼリー	ブルコギどんぶり ブロッコリーサラダ みそしる ヨーグルト	チキンカレー ちゅうかスープ ミニゼリー
材料	豚肉、玉ねぎ、米粉、片栗粉、醤油 ビーフン、人参、椎茸、ﾌｧｯｼ にら、油、ごま油、油揚げ、えのき ｷｬﾍﾞﾂ、みそ、かつお節、ﾕｰｽ	赤魚、みそ、砂糖、豚肉 ｱｽﾊﾟﾗ、人参、生姜、にんにく 玉ねぎ、ごま油、なると、ねぎ 小松菜、かつお節、パナナ	鶏肉、ﾕｰｸﾞﾙﾄ、ｶｰﾎﾟ、ﾌｧｯｼ、も にんにく、小松菜、もやし、人参 ちくわ、かつお節、米粉、鶏肉 ごぼう、油揚げ、ねぎ、ﾋﾞｬﾝ 伍	さんま、片栗粉、油、砂糖、ごま きゅうり、もやし、人参、わかめ 鶏肉、ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ、なす、玉ねぎ しめじ、みそ、かつお節、ゼリー	豚肉、砂糖、玉ねぎ、人参、いんげん もやし、ごま、みそ、片栗粉、油 ﾌｧｯｼ、きゅうり、ﾌｧ、ﾄﾚｯｼﾝｸﾞ 豆腐、ほうれん草、かつお節、ｺｰｽ ﾄ	鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ、にんにく、生姜、油 ﾙｳ、ほうれん草、豆腐 中華だし、ゼリー
おやつ	あじしらべ ぎゅうにゅう	どうぶつビスケット ぎゅうにゅう	ぼたぼたやき ぎゅうにゅう	ミルククッキー ぎゅうにゅう	スティックパン ぎゅうにゅう	おせんべい
栄養成分	★532 △17.6 ○23.7 ◆1.5	★522 △14.8 ○25.3 ◆1.6	★575 △16.4 ○23.4 ◆1.4	★553 △21.6 ○23.7 ◆1.5	★521 △11.8 ○27.2 ◆1.5	
日にち	21	22	23	24	25	26
献立	うみのひ ポテトオムレツ ちくぜんに みそしる ミニゼリー	さばのカレーやき うのはないり みそしる パナナ	★たんじょうかいメニュー ※ ごはんはいりません	ツナとチーズのカレー ふくじんづけ なつやさいスープ すいか	きつねどんぶり みそしる りんごゼリー	
材料	卵、じゃが芋、玉ねぎ、チーズ、ベー コン、鶏肉、こんにゃく、薄揚げ ごぼう、人参、いんげん、も、厚揚げ えのき、にら、みそ、かつお節、ゼリー	さば、ﾄﾏﾄ、砂糖、ｶｰﾎﾟ、おから 玉ねぎ、人参、椎茸、ごぼう、油揚げ ねぎ、油、大根、なめこ、わかめ 鶏肉、みそ、かつお節、パナナ	中華麺、油、きゅうり、もやし わかめ、鶏肉、卵、中華だし 餃子(豚肉、小麦粉、ｷｬﾍﾞﾂ、玉ねぎ にら、みかん、ﾋﾞｬﾝ、椎茸、小麦	ツナ、チーズ、大豆、人参、じゃが芋 生姜、にんにく、油、ﾙｳ、ソース 玉ねぎ、ﾌｧｯｼ、福神漬、ベー ﾄﾏﾄ、ﾌｧｯｼ、ﾋﾞｬﾝ、ﾌｧｯｼ、小麦	鶏肉、人参、糸こんにゃく、砂糖 ｸﾞﾘｰﾝﾍﾞｰｽ、油揚げ、鮭、わかめ 小松菜、みそ、かつお節 ゼリー	
おやつ		ホットケーキ ぎゅうにゅう	かぶきあげせんべい ぎゅうにゅう	オムレット(園公手作り) ぎゅうにゅう	シャーベット	クッキー
栄養成分		★570 △21.4 ○23.7 ◆1.5	★559 △18.1 ○24.6 ◆1.5	★577 △19.5 ○23.4 ◆1.7	★519 △13.7 ○14.4 ◆1.5	
日にち	28	29	30	31	たんじょうかいメニュー ひやしちゅうか あげぎょうざ フルーツポンチ おむぎや 	
献立	さばみそに やさしいため はるさめスープ パナナ	ぶたのﾊﾞｰﾍﾞｷｬｰｽﾞいため いそあえ みそしる オレンジ	たらのごまみそやき じゃがいものカレーソテー すましじる ミニゼリー	ハンバーグ きりぼしだいこん みそけんちんじる パイ		
材料	さば、みそ、砂糖、酢、人参 もやし、豚肉、玉ねぎ、にら、ｺｰﾝ 椎茸、ねぎ、春雨、なると 中華だし、パナナ	豚肉、玉ねぎ、にんにく、りんご 砂糖、ｱﾓｰﾅ、もやし、人参、青のり かつお節、なす、玉ねぎ、油あげ みそ、オレンジ	たら、ごま、みそ、砂糖、じゃが芋 玉ねぎ、人参、ベーコン、ピーマン 油、ﾌｧｯｼ、ｶｰﾎﾟ、ﾋﾞｬﾝ、三つ葉 えのき、豆腐、かつお節、ゼリー	豚肉、牛肉、玉ねぎ、砂糖、ソース ﾌｧｯｼ、切干大根、ちくわ、人参 白滝、枝豆、油、油揚げ、ごぼう 里芋、椎茸、ねぎ、みそ、ﾋﾞｬﾝ 伍		
おやつ	えびせんべい ぎゅうにゅう	ビスコ ぎゅうにゅう	しおせんべい(新潟仕込み) ぎゅうにゅう	ココアプリン ★てづくりおやつ		
栄養成分	★543 △17.7 ○18.6 ◆1.5	★555 △14.7 ○29.0 ◆1.6	★514 △11.8 ○23.2 ◆1.5	★587 △21.8 ○23.1 ◆1.5		
備考	*お弁当(白米)とはし、おしほりを持たせて下さい。お子さんに合わせてご飯の量を調節して下さい。 *はしとおしほりは毎日洗って清潔にして持たせて下さい。 *7日は七夕お楽しみ会、24日はお誕生日会です。お弁当(白米)はいりませんが、はしとおしほりを忘れないで下さい。 *栄養価の表示は、昼食+おやつを表記になっています。 *業者の都合により、献立内容が変更になる場合があります。ご了承下さい。食物アレルギーにはその都度対応いたします。					