



食品群	体内ではたらく
赤の食品	血や肉、骨をつくる
黄の食品	働く力や体温となる
緑の食品	体の調子をとのえる

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります ※魚には小骨がある可能性がありますので気をつけて食べましょう

こ ん だ て	<p>アレルギー物質を含む食品の表示について</p> <p>料別別に食品を明記した献立表を準備しています。少し読みづらいですが必要な方は担任へ申し出て下さい。</p>	1(火) ♥リクエスト	2(水)	3(木) 文化の日	4(金) ♥リクエスト	
		あか	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、とりにく、大豆	ぎゅうにゅう、とうふ、ぶたにく、大豆、とりにく、ひじき	<p>文化の日</p>	ぎゅうにゅう、むえんせきベーコン、とりにく、ちりめん、ぶたにく、とうにゅう
		き	こむぎこ、さとう、ことう、だいちゅう油、アーモンド、三温糖、ラード、でんぶん、じゃがいも、なたね油	こめ、だいちゅう油、ごま油、三温糖、ラード、でんぶん、パン粉、こむぎこ、さとう		こむぎこ、だいちゅう油、オリーブ油、パン粉、さとう、こめ
		みどり	にんじん、たまねぎ、キャベツ、コーン、にんにく、しょうが、トマト	にんじん、たまねぎ、はくさい、きくらげ、しいたけ、にんにく、しょうが、キャベツ、ねぎ		にんじん、キャベツ、たまねぎ、しめじ、赤ピーマン、マッシュルーム、こまつな、きくらげ、にんにく
こ ん だ て	7(月)	8(火) いい歯の日	9(水)	10(木)		11(金) チーズの日 ♥リクエスト
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、あぶらあげ、さば	ぎゅうにゅう、とうふ、あぶらあげ、とうにゅう、みそ、きびなご、そらまめ	ぎゅうにゅう、とりにく、白いんげん豆、だっしふんにゅう	ぎゅうにゅう、ぶたにく、大豆、こんぶ、ボール天、あつあげ	ぎゅうにゅう、ちくわ、とうふ、わかめ、大豆、ぶたにく、ぶたしパー、チーズ	
き	こめ、だいちゅう油、たまごなしマヨネーズ、さとう、三温糖	こめ、パン粉、こむぎこ、だいちゅう油、なたね油	こめ、じゃがいも、だいちゅう油、マーガリン、こむぎこ、ラード、でんぶん、さとう	こめ、さとう、だいちゅう油、三温糖、でんぶん、こむぎこ	こめ、さとう、だいちゅう油	
みどり	ごぼう、しいたけ、こんにやく、にんじん、ねぎ、うめ、赤しそ、みかん	だいこん、こまつな、しめじ、にんじん、ねぎ、たまねぎ	たまねぎ、にんじん、はくさい、コーン、にんにく、キャベツ、しょうが	赤しそ、だいこん、にんじん、こまつな、えだまめ、たまねぎ、ごぼう、しゅんぎく	もやし、ねぎ、しょうが、たまねぎ、にんじん、コーン、赤ピーマン、トマト、ピーマン	
こ ん だ て	14(月)	15(火)	16(水) いい芋の日 ♥リクエスト	17(木) れんこんの日	18(金)	
あか	ぎゅうにゅう、とりにく、あぶらあげ、こんぶ、ツナ、あつあげ	ぎゅうにゅう、ぶたにく、大豆、とうにゅう、みそ、うずらたまご	ぎゅうにゅう、だっしふんにゅう、とりにく、たまご	ぎゅうにゅう、ほき、とうふ、みそ、ぶたにく、大豆、かまぼこ	ぎゅうにゅう、とりにく、ちくわ、あぶらあげ、ひじき、あずき	
き	こめ、だいちゅう油、でんぶん	こめ、はるさめ、三温糖、ごま油、だいちゅう油、でんぶん	こむぎこ、さとう、だいちゅう油、三温糖、ことう、アーモンド、じゃがいも、ペイにも、マーガリン	こめ、だいちゅう油、三温糖、ごま、ごま油	こめ、だいちゅう油、じゃがいも、くり、さつまいも、パン粉、こむぎこ、でんぶん、さとう、こめ	
みどり	にんじん、とうがら、こまつな、パパイア、にら	きくらげ、はくさい、にんじん、ねぎ、しょうが、にんにく、たまねぎ、キャベツ、ヤングコーン、たけのこ、オレンジ	たまねぎ、にんじん、はくさい、こまつな、コーン、にんにく、トマト	だいこん、にんじん、ほうれんそう、ごぼう、れんこん、こんにやく、オレンジ	ごぼう、にんじん、しいたけ、こんにやく、ねぎ	
こ ん だ て	21(月)	22(火)	23(水) 勤労感謝の日	24(木) 和食の日	25(金)	
あか	ぎゅうにゅう、とうふ、わかめ、みそ、ぶたにく、たまご	ぎゅうにゅう、とりにく、だっしふんにゅう	<p>勤労感謝の日</p>	ぎゅうにゅう、とうふ、わかめ、あぶらあげ、みそ、ぶたにく、かまぼこ、からふとししゃも	ぎゅうにゅう、ぶたにく、とりにく、だいちゅう粉、なると、もずく、大豆	
き	こめ、だいちゅう油	こめ、じゃがいも、だいちゅう油、マーガリン、こむぎこ、さとう、ラード、でんぶん		こめ、だいちゅう油、ごま油、三温糖、パン粉、こむぎこ	こめ、ラード、こむぎこ、こめ、さとう、ごま、ごま油、でんぶん、はるさめ、三温糖	
みどり	ねぎ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、にら、もやし、にんにく	にんじん、たまねぎ、ほうれんそう、にんにく、おうとう、トマト、りんご		はくさい、にんじん、なめこ、角切だいこん、こんにやく、きくらげ、しいたけ	キャベツ、ねぎ、しょうが、しいたけ、にんじん、はくさい、赤ピーマン、ピーマン、たまねぎ、にんにく	
こ ん だ て	28(月)	29(火) ♥リクエスト		30(水)	<p>和食の日</p> <p>11月24日は「和食の日」です。「和食；日本人の伝統的な食文化ー正月を例としてー」は、ユネスコの無形文化遺産に登録されています。</p> <p>この日は、和食や日本の伝統的な食文化について考えてみましょう。そして、家族で話題にしてみませんか？</p>	
あか	ぎゅうにゅう、たら、ほき、ほたるじゃこ、豆あじ、たちうお、とうふ、とりにく	ぎゅうにゅう、ぶたにく、大豆、とりにゅう、みそ、ちくわ、あおさ、とうにゅう	ぎゅうにゅう、ぶたにく、チキアギ、あつあげ、みそ、たまご			
き	こめ、ラード、さとう、はるさめ、だいちゅう油、じゃがいも、三温糖、でんぶん	こむぎこ、だいちゅう油、三温糖、でんぶん、ごま、ごま油、さとう	こめ、さいとも、三温糖、さとう、サラダ油			
みどり	こまつな、にんじん、ねぎ、しょうが、たまねぎ、きぬさや	にんにく、にんじん、たまねぎ、たけのこ、しいたけ、ねぎ	だいこん、にんじん、こまつな、こんにやく、しょうが			