



日	こんだてめい 献立名	あか なかま 赤の仲間 からだ 体をつくるもとになる	みどり なかま 緑の仲間 からだ ちようし とどの 体の調子を整える	き なかま 黄の仲間 エネルギーのもとになる	その他
2 火	ごはん スタミナどんのぐ なつやさいのみそしる	ぶたにく あかみそ とうふ あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	たまねぎ たけのこ にら ほしいたけ しょうが にんにく なす たまねぎ かぼちゃ あおねぎ	こめ さんおんどう かたくりこ なたねあぶら	こいくちしょうゆ さけ みりん オイスターソース けずりぶし
4 木	あじつけパン なつやさいのトマトに コールスロー	とりにく チキンハム	たまねぎ かぼちゃ にんじん なす ズッキーニ トマト ピーマン キャベツ コーン にんじん	あじつけパン さんおんどう オリーブオイル ノンエッグマヨネーズ	チキンパイオン トマトケチャップ トマトピューレ こいくちしょうゆ しお こしょう こめず しお こしょう
5 金	チャーハン かつおのからあげ ビーフンスープ	ぶたにく かつお とりにく	たまねぎ にんじん あおねぎ しょうが しょうが たまねぎ りょくとうもやし あおねぎ にんじん ほしいたけ	こめ ごまあぶら なたねあぶら かたくりこ なたねあぶら ビーフン なたねあぶら ごまあぶら	うすくちしょうゆ しお こいくちしょうゆ さけ こしょう こいくちしょうゆ みりん チキンパイオン うすくちしょうゆ しお こしょう
9 火	ごはん ざわらのでりやき ざわにわん	ざわら ぶたにく	ごぼう たまねぎ にんじん あおねぎ	こめ さんおんどう かたくりこ こんにゃく	こいくちしょうゆ さけ みりん うすくちしょうゆ しお こしょう けずりぶし さけ
11 木	ごはん にこにこキーマカレー カチュンバルサラダ	とりひきにく ひよこまめ さきみ	にんにく しょうが たまねぎ にんじん きゅうり にんじん コーン	こめ じゃがいも なたねあぶら オリーブオイル じょうはくとう	しお カレーこ こしょう カレールウ こいくちしょうゆ レモンかじゅう こしょう うすくちしょうゆ クミン
12 金	ごはん ちくわのごまあげ なすのみそしる ひじきふりかけ	ちくわ あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	なす たまねぎ にんじん しめじ あおねぎ	こめ しろいりごま ぐろいりごま こめこミックス なたねあぶら	けずりぶし ふりかけ
16 火	ごはん マーボーどうふ もやしのナムル	ぶたひきにく とうふ あかみそ	にんじん たまねぎ あおねぎ ほしいたけ にんにく しょうが りょくとうもやし にんじん ごまつな	こめ さんおんどう かたくりこ ごまあぶら なたねあぶら しろすりごま しろいりごま ごまあぶら	さけ こいくちしょうゆ トウバンジャン しお こしょう こめず こいくちしょうゆ しお
18 木	しょくパン チキンとポテトの ケチャップいため やさいスープ	とりにく ベーコン	にんじん さやいんげん たまねぎ にんにく たまねぎ キャベツ にんじん コーン パセリ	しょくパン じゃがいも なたねあぶら	カレーこ トマトケチャップ こいくちしょうゆ さけ しお チキンパイオン うすくちしょうゆ しお
19 金  しょくいく ひ こんだて 食育の日献立 みやざきけん ～宮崎県～	ごはん チキンなんばん ノンエッグタルタルソース きりぼしだいこんのみそしる	とりにく あぶらあげ しんしゅうみそ あかみそ	しょうが きりぼしだいこん しめじ にんじん あおねぎ	こめ かたくりこ なたねあぶら さんおんどう じゃがいも	しお さけ こめず こいくちしょうゆ ノンエッグタルタルソース けずりぶし
25 木	こがたパン ミートスパゲティ カラフルサラダ	ぶたひきにく ツナ	たまねぎ にんじん しめじ にんにく トマト キャベツ きゅうり にんじん コーン	こがたパン スパゲティ なたねあぶら じょうはくとう なたねあぶら	しお こしょう トマトケチャップ トマトピューレ ウスターソース あかワイン こいくちしょうゆ こめず
26 金 	むぎごはん カミカミぶたキムチ はるさめスープ	ぶたにく とりにく	ごぼう にんじん たまねぎ はくさいキムチ たけのこ あおねぎ にんにく しょうが はくさい りょくとうもやし たまねぎ にんじん あおねぎ ほしいたけ しょうが	こめ むぎ ごまあぶら さんおんどう はるさめ ごまあぶら なたねあぶら	しお さけ こいくちしょうゆ チキンパイオン こしょう こいくちしょうゆ しお さけ
30 火	ごはん ハッシュドボーク ごぼうのごまマヨサラダ	ぶたにく ツナ	にんにく たまねぎ にんじん しめじ グリーンピース ごぼう にんじん きゅうり	こめ なたねあぶら ノンエッグマヨネーズ じょうはくとう しろいりごま しろすりごま	あかワイン ハヤシルウ トマトケチャップ ウスターソース こいくちしょうゆ しお こしょう うすくちしょうゆ しお

※ 材料の都合で食材を変更することがあります。
※ 食材の産地は、木津川市のホームページに掲載しています。
※ 食材の産地は、当日の状況により変更になる場合があります。
※ マヨネーズ・ドレッシングは卵不使用のものを使用しています。
※ カレーに使用しているルウは、アレルゲン28品目を使用していません。
※ 加工食品や調味料の原材料、アレルゲンについては、木津川市ホームページの「食物アレルギー対応給食」項目内の「年間・月間使用食品配合表」をご覧ください。

幼稚園献立の魚については、骨取り加工されたものを提供しています。
ただし、骨取り加工されていない魚を使用する場合は、左記マークにてお知らせしますのでご確認ください。
また、骨取り加工されたものでも、骨が残っている可能性があります。ご了承ください。



カミカミメニューの日に
登場するカム君です。



こんげつ しょう よてい き づ が わ し さん しょくざい
今月使用予定の木津川市産の食材です。

