



2026年2月の献立(彩ほっとランチ)

ごあいさつ

暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。

感染症、風邪やインフルエンザに負けず、予防に気を配りながら元気に過ごしましょう。

今月もよろしくお願ひいたします。

日付	主食	おかず	エネルギー・タンパク質	体をつくる	熱や力になる	体の調子を整える
2 (月)	● ポークカレーライス	ジャンボシュウマイ、プレーンオムレツ、ワインナー シルバーサラダ、みかん、ようなし	536kcal 13.5g	豚肉、脱脂粉乳、チーズ、たちうお、ゼラチン、卵 鶏肉、えび、かに	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、春雨、マヨネーズ	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、にんにく コーン、いんげん、みかん缶、洋梨缶
3 (火)	ごはん	レバーフライケチャップソース、はなやさいのソテー、ベイクドポテト トマトかまぼこ、いりどうふ、あんず、りんご、はくさいとえのきのみそしる	445 12.7	鶏レバー、豚肉、たら、かつお節、卵、豆腐 みそ	米、パン粉、澱粉、砂糖、油 じゃがいも、バター	玉ねぎ、トマト、カリフラワー、ブロッコリー、人参、ほうれん草 椎茸、あんず缶、りんご、レモン果汁、白菜、えのき
4 (水)	● おにぎり(こんぶ) クロワッサン	しろみざかなのフルーツソース、むきえだまめ、コーンしゅうまい やさいよせやき、にんじんごまきんぴら、アロエヨーグルト、オニオンスープ	374 11.4	卵、たら、大豆、豚肉、鶏肉、ヨーグルト	米、砂糖、小麦粉、バター、パン粉 油、澱粉、ごま、ごま油	生姜、のり、昆布、トマト、野菜ジュース、レモン果汁 バセリ、枝豆、キャベツ、玉ねぎ、コーン、あおさ、人参、アロエ
5 (木)	● うどん	みそつくね、とうにゅうコロッケ、やさいかきあげ ちくわとピーマンのいためもの、はなみかん	362 12.5	油揚げ、豚肉、ゼラチン、むきみそ、みそ、鶏肉 豆乳、いとより、えぞ、たちうお	砂糖、パン粉、小麦粉、澱粉、油 ごま油	ねぎ、人参、ごぼう、筍、玉ねぎ、コーン 春菊、ピーマン、みかん
6 (金)	● ごはん	ビーフミニステーキ、スパゲティ、にんじんあまに ほしがたボテトフライ、ちゅうかきりほししたいこんサラダ、パン、ブルーン、コーンポタージュ	482 13.1	牛肉、ゼラチン、牛乳、脱脂粉乳、チーズ	米、砂糖、小麦粉、油、米粉 じゃがいも、ごま油、ごま、バター	玉ねぎ、レモン果汁、人参、切干大根、きゅうり、パイント ブルーン、コーン
9 (月)	ごはん	あかうおのてりやき、もしやし、わふうオムレツ とりのからあげ、ほうれんそうのなめだけあえ、りんご、あんず、じゃがいもとたまねぎのみそしる	403 14.9	赤魚、かまぼこ、卵、鶏肉、脱脂粉乳、みそ	米、澱粉、小麦粉、砂糖、油 じゃがいも	もしやし、こねぎ、ににく、生姜、ほうれん草、えのき りんご、レモン果汁、あんず缶、玉ねぎ
10 (火)	わかめおにぎり ツナマヨネーズパン	とりにくのみそやき、あげぎょうざ、ビーフンいため プロッコリー、かにかまぼこ、まめツナサラダ、グレープフルーツ、えのきとにんじんのすましる	432 14.5	かつお、鶏肉、みそ、豚肉、いとより、えぞ たら、えび、かに、卵、ツナ	米、小麦粉、砂糖、マヨネーズ、油 澱粉、ごま油、米粉、ごま	わかめ、キャベツ、玉ねぎ、生姜、ににく、人参 プロッコリー、枝豆、コーン、グレープフルーツ、えのき
11 (水)	〈けんこくきねんのひ〉					
12 (木)	ごはん	ふたにくのさいきょうやき、にんじんかまぼこ、キャベツ かぼちゃコロッケ、こまつのしおこんぶソテー、おうとう、ブルーン、ねぎとわかめのみそしる	445 12.5	豚肉、ゼラチン、みそ、たら	米、砂糖、油、澱粉、小麦粉 パン粉、じゃがいも、マーガリン	玉ねぎ、人参、ほうれん草、キャベツ、かぼちゃ、小松菜 塩昆布、黄桃缶、ブルーン、ねぎ、わかめ
13 (金)	ごはん	ジャンボシュウマイ、ほうれんそうのおひたし、マカロニいため スペイシーロール、にくじやが、いちご、だいこんとあぶらあげのみそしる	439 12.5	たちうお、ゼラチン、卵、鶏肉、えび、かに かつお節、豚肉、油揚げ、みそ	米、小麦粉、マカロニ、砂糖、油 じゃがいも、こんにゃく	玉ねぎ、ほうれん草、枝豆、トマト、バナナ、人参 いちご、大根
16 (月)	● ちゅうかどん	にくだんごのチリソース、さつまいものあまに、チーズかまぼこ カリフラワーのソテー、オレンジ	503 14.6	豚肉、鶏肉、牛肉、えぞ、たら、卵 チーズ	米、砂糖、ごま油、澱粉、パン粉 油、さつまいも	人参、白菜、椎茸、ヤングコーン、玉ねぎ、ねぎ 生姜、ににく、トマト、カリフラワー、オレンジ
17 (火)	● あおなおにぎり ハムチーズパン	さけのなかおちかつ、やさいいため、あおのりポテト あかかぶかまぼこ、とりレバーのあまからに、グレープフルーツ、こまつのスープ	383 13.1	豚肉、卵、クリームチーズ、鮭、ゼラチン、たら 鶏レバー	米、小麦粉、米粉、砂糖、マーガリン パン粉、マヨネーズ、油、澱粉、じゃがいも	しそ、大根葉、キャベツ、玉ねぎ、人参、あおさ ほうれん草、生姜、グレープフルーツ、小松菜
18 (水)	ごはん	やさいいりとりつくね、にんじんしりしり、かぼちゃグラッセ チーズちくわ、むきえだまめのとりそぼろいため、りんご、みかん、ふとほうれんそうのすましる	396 12.5	鶏肉、かつお節、卵、ツナ、いとより、チーズ	米、パン粉、澱粉、砂糖、油 バター、麩	キャベツ、玉ねぎ、人参、かぼちゃ、枝豆、りんご レモン果汁、みかん缶、ほうれん草
19 (木)	● ポークカレーライス	チキンフライ、ほうれんそうオムレツ、ワインナー キャベツとかにかまのサラダ、あんず、パン	504 13.8	豚肉、脱脂粉乳、チーズ、鶏肉、卵、いとより たら、かに、大豆	米、じゃがいも、小麦粉、澱粉、砂糖 はちみつ、油、バター、パン粉、ごま油	玉ねぎ、人参、トマト、バナナ、りんご、ににく ほうれん草、キャベツ、あんず缶、パイント
20 (金)	おにぎり(うめ) ワインーパン	さわらのしおやき、もしやし、ももいろさつまあげ たこやき、プロッコリーのスープに、だいこんのもの、だいがくいも、とうふとなめこのみそしる	422 14.8	豚肉、卵、さわら、えぞ、たら、たこ 豆腐、みそ	米、はちみつ、小麦粉、米粉、砂糖 マーガリン、マヨネーズ、澱粉、油、さつまいも、黒糖、ごま油、こま ねぎ、プロッコリー、大根、レモン果汁、なめこ	梅、のり、もしやし、玉ねぎ、キャベツ、生姜 マーガリン、マヨネーズ、澱粉、油、さつまいも、黒糖、ごま油、こま ねぎ、プロッコリー、大根、レモン果汁、なめこ
23 (月)	〈てんのうたんじょうび〉					
24 (火)	ごはん	ハンバーグブラウンソース、スパゲティ、にんじんグラッセ ちくわのいそべんぶら、ポテトサラダ、オレンジ、はくさいのスープ	432 10.4	卵、豚肉、鶏肉、牛肉、いとより、たちうお	米、砂糖、小麦粉、澱粉、油 バター、じゃがいも、マヨネーズ	玉ねぎ、トマト、人参、あおさ、コーン、プロッコリー オレンジ、白菜
25 (水)	ごはん	とりたつたのタルタルソース、てりやきミートボール、キャベツ かぼちゃのあまに、こまつなとあぶらあげのあえもの、おうとう、ブルーン、だいこんとわかめのみそしる	436 10.2	鶏肉、卵、油揚げ、みそ	米、小麦粉、澱粉、砂糖、油 パン粉、ごま	ににく、ピクルス、レモン果汁、玉ねぎ、キャベツ、かぼちゃ 小松菜、人参、黄桃缶、ブルーン、大根、わかめ
26 (木)	ちらしずし	ローストチキン、グラタン、きんぴらごぼう、さつまいものレモンに プロッコリーのマヨしょうゆあえ、はなみかん、かきたまじる	385 7.3	鶏肉、牛乳、脱脂粉乳、豚肉、かつお節、豆腐 卵	ごはん、砂糖、澱粉、油、小麦粉 マーガリン、マカロニ、さつまいも、黒糖、ごま油、マヨネーズ	かんぴょう、筍、れんこん、椎茸、人参、玉ねぎ ごぼう、レモン果汁、プロッコリー、みかん、ほうれん草
27 (金)	おにぎり(ツナマヨネーズ) はいがパン	とうふナゲット、えびフライ、ほうれんそうのソテー はるさめサラダ、グレープフルーツ、ハッシュドポーク	495 14.5	かつお、卵、豆腐、豆乳、大豆、いとより えび、豚肉	米、砂糖、マヨネーズ、小麦粉、小麦胚芽 ライ麦粉、マーガリン、油、パン粉、春雨、ごま、ごま油、澱粉	玉ねぎ、のり、ほうれん草、人参、コーン、いんげん グレープフルーツ、マッシュルーム

〈一口メモ〉 月平均：脂質 14.2g 食塩相当量 1.7g

★どうして節分に豆をまくの？

2月3日(火)は、節分です。五穀のうちの一つで重要な穀物である豆には、昔から靈力があると信じられていました。そのため、災いや病気などの目に見えないものを鬼という形にあらわして豆をまき、邪気をはらって福を呼び込んだそうです。大豆主成分は良質なたんぱく質です。そのほか、ビタミンやミネラル、脂質も含んでいます。また、骨粗しょう症の予防に役立つイソフラボンや、腸内環境をととのえる大豆オリゴ糖などの成分も含んでいます。

◇だいすのクイズ◇

【問題1】 だいすは『畑(はたけ)の〇』といわれます。〇にはいるものはどれでしょう？

- ①卵(たまご) ②魚(さかな) ③肉(にく)

【問題2】 だいすのなかまはどれでしょう？

- ①グリンピース ②さやえんどう ③えだまめ

*食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。

*スプーン・フォークがあると食べやすい日には、マークがつけてあります。

*魚の骨は出来るだけ除いておりますが、まれに骨が残っていることがありますのでご注意ください。

*アレルゲンの詳細につきましては、ホームページ上のアレルゲン一覧表にてご確認ください。

株式会社 幼稚園給食 <https://www.y-kyushoku.co.jp/>

船橋工場

船橋市三咲5-32-21

TEL 047-448-1388 (代)

龍ヶ崎工場

龍ヶ崎市川原代町3997-1

TEL 0297-63-0122 (代)

佐倉工場

佐倉市神門439

TEL 043-498-8500 (代)



2026年2月の除去食献立アレルゲン一覧表(彩ほっとランチ)

株式会社 幼稚園給食

	通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類		通常食献立	代替献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類	
2 (月)	ポークカレーライス	ポークカレーライス			豚肉・鶏肉		小麦			17 (火)	あおなおにぎり									
	ジャンボシュウマイ	ジャンボシュウマイ			豚肉		小麦				ハムチーズパン	ハムサンド			豚肉			大豆・小麦		
	フレンオムレツ	チキンナゲット			鶏肉		大豆・小麦				さけのなかおちかつ	しづみざかなフライ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	ウインナー				ゼラチン・豚肉						やさいのため									
	シルバーサラダ	シルバーサラダ			豚肉		大豆				あおのりポテト									
	みかん										あかかぶかまぼこ							大豆		
3 (火)	よなし									18 (水)	とりレバーのあまからに									
	ごはん										グレープフルーツ				鶏肉			大豆・小麦		
	レバーフライケチャップソース				豚肉・鶏肉		大豆・小麦				こまつなのスープ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	はなやさいのソテー				鶏肉		大豆・小麦				ごはん									
	ペイクドポテト	ペイクドポテト									やさいいりとりづくね				鶏肉			りんご		
	トマトかまぼこ										にんじんしりしり							大豆・小麦		
4 (水)	いりどうふ	いりどうふ					大豆・小麦			19 (木)	かぼちゃのあまに									
	あんず										チーズちくわ							大豆・小麦		
	りんご				りんご		大豆				むきえだまめのとりそぼろいため				鶏肉			りんご		
	はくさいとえのきのみそしる										りんご									
	おにぎり(こんぶ)										みかん									
	クロワッサン	クロワッサン									ふとほうれんそうのすまじる							大豆・小麦		
5 (木)	しづみさかなのフルツソース									20 (金)	ポークカレーライス	ポークカレーライス			豚肉・鶏肉			小麦		
	むきえだまめ										チキンフライ				豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	コーンしゅうまい				豚肉・鶏肉		大豆・小麦				ほうれんそうオムレツ	あじのさんがやき			豚肉			大豆・小麦		
	やさいよせやき										ウインナー				ゼラチン・豚肉					
	にんじんごまきんぴら										キャベツとかまぼこのサラダ	キャベツとかまぼこのサラダ						大豆・小麦	ごま油	
	アロコヨーグルト	アロエ、マンゴー			鶏肉		大豆・小麦				あんず									
6 (金)	オニオヌースープ									21 (土)	パイ									
	うどん				豚肉		大豆・小麦				おにぎり(うめ)									
	みそづね				ゼラチン・鶏肉		大豆・小麦				ウインナーパン	コーンパン						大豆・小麦		
	とんこつロコッケ				ゼラチン		大豆・小麦				さわらのしおやき									
	やさいかきあげ										もしや									
	ちくわとピーマンのいためもの										ももいろさつまあげ	こうやどうふのふくめに						大豆・小麦		
7 (土)	はなみかん									22 (日)	たこやき									
	ごはん										たこやき							大豆・小麦		
	ビーフミニステーキ	ぶたにくのステーキソースいため			豚肉		大豆・小麦				ブロックリーのスープに				鶏肉			大豆・小麦		
	スパゲティ				鶏肉		大豆・小麦				だいこんのにもの							大豆・小麦		
	にんじんあまに										だいがくいも							ごま油・ごま		
	ほしがたボテトフライ										とうふとなめこのみそしる									
8 (月)	ちゅうかきりぼしだいこんサラダ									23 (月)	ごはん									
	パン										ハンバーグプラウンソース	ハンバーグプラウンソース			豚肉・鶏肉			りんご		
	ブルーン										スパゲティ				鶏肉			大豆・小麦		
	コーンポタージュ	コーンポタージュ			鶏肉		大豆・小麦				にんじんグラッセ	にんじんあまに								
	じゅうかきりぼしだいこんサラダ										ちくわのいそべてんぶら	ちくわのいそべてんぶら						大豆・小麦		
	あんず										ポテトサラダ	ポテトサラダ			豚肉			大豆		
9 (月)	じゅうかきりぼしだいこんのすまじる									24 (火)	オレンジ									
	ごはん										はなみかん									
	あかうおのてりやき										だいこんのにもの									
	もやし										だいがくいも									
	わふうオムレツ	とうふナゲット			豚肉		大豆・小麦				とうふとなめこのみそしる									
	とりのからあげ	とりのからあげ			鶏肉		大豆・小麦				24 (火)	ごはん								
10 (火)	ほうれんそうのなめたけあえ									25 (水)	りんご									
	りんご										大豆									
	あんず										大豆・小麦									
	じゅうかきりぼしだいこんのすまじる										大豆									
	わかめおにぎり										大豆									
	ツナマヨネーズパン	ツナサンド									大豆									
11 (水)	とりにくのみぞやき									26 (木)	もも									
	あげぎょうざ										26 (木)	ちらしちし								
	ビーフいため										ローストチキン									
	ブロッコリー										グラタン	マカロニのクリームに			鶏肉			大豆・小麦		
	かにかまぼこ	あまずあんミートボール			鶏肉		大豆・小麦				きんびらごぼう				豚肉			大豆・小麦		
	まめツナサラダ	まめツナサラダ									さつまいものレモンに							大豆・小麦	ごま油	
12 (木)	グレープフルーツ									27 (金)	大豆・小麦									
	えのきとにんじんのすまじる										ブロッコリーのマヨレッシュ									
	ぶたにくのさきょうやき										はなみかん									
	にんじんかまぼこ										かきたまじる	とうふとほうれんそうのすまじる								
	キャベツ										おにぎり(ツナマヨネーズ)	おにぎり(ツナマヨネーズ)								
	かぼちゃロコッケ										はいがパン	ロールパン								
13 (金)	こまつなのしおこんぶソテー									28 (土)	豚肉									
	おうとう										とうふナゲット	ほたてふうみフライ								
	ブルーン										えびフライ									

2026年2月の通常食献立アレルゲン一覧表(彩ほっとランチ)

株式会社 幼稚園給食

	通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類		通常食献立	卵・乳	甲殻類	肉類ゼラチン	魚介類	野菜類・きのこ類・果物類	穀類・豆類	種実類	
2 (月)	ポークカレーライス	乳		豚肉・鶏肉		りんご・バナナ	大豆・小麦		17 (火)	あおなおにぎり								
	ジャンボシュウマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦			ハムチーズパン	卵・乳		豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	ブレーンオムレツ	卵					大豆			さけのなかおちかつ	卵		ゼラチン			大豆・小麦		
	ウインナー			ゼラチン・豚肉						やさいいため			豚肉・鶏肉					
	シルバーサラダ	卵		豚肉			大豆			あおのりボテト								
	みかん									あかかぶかまぼこ						大豆		
3 (火)	ようなし								18 (水)	とりレバーのあまからに			鶏肉			大豆・小麦		
	ごはん			豚肉・鶏肉			大豆・小麦			グレープフルーツ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	レバーフライケチャッソース			鶏肉			大豆・小麦			こまつなのスープ								
	はなやさいのソテー									ごはん			鶏肉			りんご		
	ペイクドボテト	乳					大豆			やさいいりとりつくね						大豆・小麦		
	トマトかまぼこ									にんじんしりり	卵					大豆・小麦		
4 (水)	いりどうふ	卵					大豆・小麦		19 (木)	かぼちゃグラッセ	乳					大豆・小麦		
	あんず									チーズちくわ	乳・卵					大豆		
	りんご					りんご		むきえだまめのとりそぼろいため				鶏肉			大豆・小麦			
	はくさいとえのきのみぞしる						大豆		りんご						りんご			
	おにぎり(こんぶ)								みかん									
	クロワッサン	乳・卵							ふとほうれんそうのすまじる						大豆・小麦			
5 (木)	しぴみさかなのフルーツソース								20 (金)	ポークカレーライス	乳		豚肉・鶏肉			りんご・バナナ		
	むきえだまめ									チキンフライ			豚肉・鶏肉			大豆・小麦		
	コーンシュウまい			豚肉・鶏肉			大豆・小麦			ほうれんそうオムレツ	卵					大豆		
	やさいよせやき									ウインナー			ゼラチン・豚肉					
	にんじんごまきんびら									キャベツとかにかまのサラダ	卵	かに				大豆・小麦	ごま油	
	アロエヨーグルト	乳・卵								あんず								
6 (金)	オニオンスープ			鶏肉			大豆・小麦		21 (土)	パン								
	うどん						大豆・小麦			おにぎり(うめ)								
	みそづくね			ゼラチン・鶏肉			大豆・小麦			ウインナー・パン	乳・卵		豚肉・鶏肉			りんご	大豆・小麦	
	とうにゅうコロッケ			ゼラチン			大豆・小麦			さわらのしおやき								
	やさいかきあげ						大豆・小麦			もやし								
	ちくわビーマンのいためもの						大豆・小麦	ごま油		ももいろさつまあげ	卵		豚肉			大豆	大豆・小麦	
7 (土)	はなみかん								22 (日)	たこやき	乳・卵							
	ごはん									フロッコリーのスープに			鶏肉					
	ピーフミニステーキ	乳		ゼラチン・牛肉			大豆・小麦			だいこんのにもの						大豆・小麦		
	スパゲティ			鶏肉			大豆・小麦			だいがくいも						大豆・小麦	ごま油	
	にんじんあまに									とうふとなめこのみぞしる						大豆		
	ほしがたボテトフライ									ごはん								
8 (月)	ちゅうかきりぼしだいこんサラダ								23 (月)	パンバーグ・グラウンドソース	乳・卵		豚肉・鶏肉・牛肉			りんご		
	パン									スパゲティ			鶏肉			大豆・小麦		
	ブルーン									にんじんグラッセ	乳					大豆・小麦		
	コーンボタージュ	乳		鶏肉			大豆・小麦			ちくわのいそべてんぶら	卵		豚肉			大豆・小麦		
	ごはん									ポテトサラダ	卵		豚肉			大豆		
	あかうおのてりやき									オレンジ			鶏肉			大豆・小麦		
9 (月)	もやし								24 (火)	はくさいのスープ								
	わふうオムレツ	卵								ごはん								
	とりのからあげ	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま		パンバーグ・グラウンドソース	乳・卵		豚肉・鶏肉・牛肉			りんご	大豆・小麦	
	ほうれんそうのなめたけあえ									スパゲティ			鶏肉			大豆・小麦		
	りんご									にんじんグラッセ	乳					大豆・小麦	ごま油	
	あんず									ちくわのいそべてんぶら	卵		豚肉					
10 (火)	じやがいもとたまねぎのみぞしる								25 (水)	ポテトサラダ	卵		豚肉					
	わかめおにぎり									オレンジ			鶏肉					
	ツナマヨネーズパン	乳・卵								はくさいのスープ	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦		
	とりにのみぞやき									パン	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦		
	あげぎょうざ									トリヤクミートボール	乳・卵		鶏肉			大豆・小麦		
	ピーフル・いため									キヤベツ						大豆・小麦	ごま	
11 (水)	プロッコリー								26 (木)	かぼちゃのあまに								
	かにかまぼこ	卵	かに・えび							こまつなとあぶらあげのあえもの								
	まめツナサラダ	卵								おうとう								
	グレープフルーツ									ブルーン								
	えのきとにんじんのすまじる									だいこんとわかめのみぞしる								
	ごはん									ちらしそし								
12 (木)	ぶたにくのさきょうやき			ゼラチン・豚肉			大豆		27 (金)	ローストチキン			鶏肉			大豆・小麦		
	にんじんかまぼこ						大豆			グラタン	乳・卵		豚肉			大豆・小麦		
	キャベツ						大豆			きんぴらごぼう						大豆・小麦		
	かぼちゃコロッケ						大豆			さつまいものレモンに						大豆・小麦	ごま油	
	こまつなしおこんぶソテー			豚肉			大豆			プロッコリーのマヨしようゆあえ	卵					大豆・小麦		
	とうとう						大豆			はなみかん								
13 (金)	ブルーン								28 (土)	かきたまじる	卵							
	ねぎとわかめのみぞしる									おにぎり(ツナマヨネーズ)	卵							
	ごはん									はいがパン	乳・卵							
	ジャンボシュウマイ	卵	かに・えび	ゼラチン・豚肉・鶏肉			大豆・小麦			どうふナゲット			豚肉			大豆・小麦		
	ほうれんそうのおひたし						大豆・小麦			えびフライ	卵	えび				大豆・小麦		
	マカロニ・いため			豚肉・鶏肉			大豆・小麦			ほうれんそうのソテー			鶏肉			大豆・小麦	ごま油・ごま	
14 (土)	スパシーロール			豚肉・鶏肉			バナナ	大豆・小麦</td										