

2025



こんだてひょう

<p>★22日の『けんちん汁』は岩手県の郷土料理です。 『けんちん汁』とは、小さく切ったにんじん・大根・ごぼうなどの野菜と豆腐を油で炒め、醤油で味付けした汁物です。『けんちん汁』はもともと発祥とされる神奈川県をはじめ、岩手県・大分県・茨城県などいくつかの県で郷土料理として食されています。</p>		1(すい)	2(もく)	3(きん)	4(ど)
		<p>ごはん カレー わふうサラダ フルーツ</p> <p>416/316kcal</p>	<p>ごはん ぎせいどうふ こふきいも ほうれんそうのコーンあえ フルーツ</p> <p>406/311kcal</p>	<p>パン ポークビーンズ なます フルーツ</p> <p>395/253kcal</p>	
6(げつ)	7(か)	8(すい)	9(もく)	10(きん)	11(ど)
<p>ごはん さかなのコーンマヨネーズやき にんじんのグラッセ すみそあえ フルーツ</p> <p>418/320kcal</p>	<p>ごはん あつやきたまご ブロッコリーのしおゆで ちくぜんに フルーツ</p> <p>522/383kcal</p>	<p>ごはん さかなのいそべあげ きゅうりのしおもみ とんじる フルーツ</p> <p>421/321kcal</p>	<p>ごはん とうふナゲット トマト こまつなのごまあえ フルーツ</p> <p>431/337kcal</p>	<p>パン とりにくのマーメレードやき ブロッコリーのしおゆで かぼちゃのサラダ フルーツ</p> <p>446/361kcal</p>	<p>ごはん たにんに じゃがいものソテー フルーツ</p> <p>379/287kcal</p>
13(げつ)	14(か)	15(すい)	16(もく)	17(きん)	18(ど)
	<p>ごはん スペインオムレツ トマト マカロニサラダ フルーツ</p> <p>472/365kcal</p>	<p>ごはん さかなのかばやき ポイルキャベツ みそしる フルーツ</p> <p>457/397kcal</p>	<p>ごはん ぎせいどうふ こふきいも ほうれんそうのコーンあえ フルーツ</p> <p>406/311kcal</p>	<p>パン ポークビーンズ なます フルーツ</p> <p>395/253kcal</p>	<p>やきそば じゃがいもとツナのにも フルーツ</p> <p>430/350kcal</p>
20(げつ)	21(か)	22(すい)	23(もく)	24(きん)	25(ど)
<p>ごはん さかなのコーンマヨネーズやき にんじんのグラッセ すみそあえ フルーツ</p> <p>418/320kcal</p>	<p>ごはん あつやきたまご ブロッコリーのしおゆで ちくぜんに フルーツ</p> <p>522/383kcal</p>	<p>ごはん さかなのいそべあげ きゅうりのしおもみ ★けんちんじる フルーツ</p> <p>421/321kcal</p>	<p>ごはん とうふナゲット トマト こまつなのごまあえ フルーツ</p> <p>431/337kcal</p>	<p>パン とりにくのマーメレードやき ブロッコリーのしおゆで かぼちゃのサラダ フルーツ</p> <p>446/361kcal</p>	<p>ごはん たにんに じゃがいものソテー フルーツ</p> <p>379/287kcal</p>
27(げつ)	28(か)	29(すい)	30(もく)	31(きん)	今月の郷土料理
<p>ごはん スペインオムレツ トマト マカロニサラダ フルーツ</p> <p>472/365kcal</p>	<p>ごはん さかなのかばやき ポイルキャベツ みそしる フルーツ</p> <p>457/397kcal</p>	<p>ごはん カレー わふうサラダ フルーツ</p> <p>416/316kcal</p>	<p>ごはん ぎゅうにくのみそいため レタス コロコロサラダ フルーツ</p> <p>410/311kcal</p>	<p>★おたんじょうびかい★ いもごはん エビフライ ブロッコリーのしおゆで サラダ・フルーツ</p> <p>🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟🌟 431/359kcal</p>	<p>けんちん汁 (岩手県)</p>

*エネルギー表示は 幼児/乳児 kcal となっています。

*仕入れ等の事情により、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。