

朝食献立一覧表

	1 班	2 班	3 班	4 班	5 班	6 班	7 班
テーマ	エネルギー・カルシウムたっぷり朝食	背を伸ばす朝食	エネルギー・カルシウムたっぷり朝食	旬の食材を使った朝食	旬の食材を使った朝食	手軽に作れるスピード朝食	環境を考えたエコクッキング朝食
献立	・フレンチトースト ・サラダ	・ごはん ・しょうが焼き ・サラダ ・わかめスープ	・ツナ卵丼 ・ししゃも ・みそ汁	・おにぎり ・チーズ入りオムレツ ・きのこ汁	・さつまいもご飯 ・豚汁 ・卵焼き ・フルーツヨーグルト	・卵のせトースト ・オレンジ&レモンドリンク	・ワンプレートでろこもこ風 ・わかめスープ
1 群	卵	豚肉 みそ	卵、ツナ とうふ、みそ	卵 みそ	卵、豚肉 みそ	卵	ミートボール 卵
2 群	牛乳 ヨーグルト	わかめ	わかめ、いりこ ししゃも	のり、いりこ、 チーズ ちりめんじゃこ	ヨーグルト	チーズ ヨーグルト	わかめ
3 群	トマト	にんじん	小ねぎ	小ねぎ	にんじん	小ねぎ	トマト
4 群	キャベツ	キャベツ レタス、しょうが	なし	しめじ えのきだけ	大根 みかん・パイナップル	オレンジジュース レモン	レタス
5 群	食パン はちみつ	米	米	米	さつまいも 米、さとう	食パン、はちみつ いちごジャム	米
6 群	バター ドレッシング	油、ドレッシング ごま			サラダ油	バター	白ごま
調味料		コンソメ、醤油 みりん		塩	塩	トマトケチャップ	コンソメ