

○揚げ物に使用する油には、アレルギー物質が含まれている場合があります ○牛乳は毎日あります。
○しらす干し、いりこ、あさり、わかめ、昆布(だし用)などの海産物は、「えび」「かに」「いか」が生息している海域で採集しています

日	2023/5/1	2023/5/2	2023/5/8	2023/5/9	2023/5/10	2023/5/11	2023/5/12	2023/5/15	2023/5/16	2023/5/17
曜	月	火	月	火	水	木	金	月	火	水
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★79 ミネストローネ	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	米粉パン★83
	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	ラビオリ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	チキンとマトの スパゲッティ
	フェイジョアード	沢煮碗	若竹汁	みそ汁		中華丼の具	みそ汁	みそ汁	じゃが芋のそぼろ煮	
	豚肉	豚肉	わかめ	ミニ絹厚揚げ★14	小麦粉	豚肉	豚肉	さつまいも	鶏肉	スパゲッティ★1
	にんにく	酒	えのきたけ	キャベツ	鶏肉	生姜	生姜	たまねぎ	生姜	鶏肉
	赤ワイン	にんにく	たけのこ	えのきたけ	豚肉	しょうゆ★34	にんにく	わかめ	菜種油	たまねぎ
	赤いんげん豆	ごぼう	たまねぎ	葉ねぎ	玉ねぎ	たまねぎ	レンズ豆	えのきたけ	じゃがいも	にんにく
	じゃがいも	糸こんにやく	葉ねぎ	天拝みそ★42	パン粉	キャベツ	たまねぎ	葉ねぎ	にんにく	エリンギ
	にんにく	葉ねぎ	酒	いりこ(だし用)	粒状植物性たん白	たけのこ	にんにく	天拝みそ★42	たまねぎ	ほうれん草
	たまねぎ	しょうゆ★34	しょうゆ★34	和風ハンバーグ	豚脂	にんにく	じゃがいも	いりこ(だし用)	こんにやく	トマト水煮★45
	デミグラスソース★46	塩	昆布(だし用)	ハンバーグ★8	酵母エキス	しめじ	グリーンピース	メンチカツ	干しいたけ	トマト
	トマトケチャップ★44	いりこ(だし用)	鰹節(だし用)	菜種油	ポークエキス	いか	薄力粉	たまねぎ	さやいんげん	トマトケチャップ★44
	オレガノ	昆布(だし用)	塩	しょうゆ★34	塩	うす切りかまぼこ	菜種油	にんにく	しょうゆ★34	デミグラスソース★46
	パブリカ	かつおと筍の煮物	さばのゆずソースかけ	砂糖	砂糖	イトヨリ	カレー粉	枝豆	砂糖	コンソメ★50
	砂糖	かつお角切粉付き	さば切身粉付き	みりん★43	香辛料	すけそうだら	カレー粉	とうもろこし	酒	ウスターソース★36
	塩	かつお	さば	でんぷん★33	調味料(アミノ酸等)	でん粉(馬鈴薯)	ウスターソース★36	キャベツ	みりん★43	塩
	白こしょう	馬鈴薯でん粉	コーンスターチ	じゃがじゃこ	加工エテン(とうもろこし)	砂糖 塩	しょうゆ★34	鶏肉 豚肉	いわしのおかか煮	白こしょう
	鶏がらスープ★52	菜種油	さば	じゃがいも	小麦・鶏肉	本みりん 着色料	塩	パン粉	いわし	菜種油
	エンサラーダ	たけのこ	※さけいりか	しらす干し	豚肉・大豆	調味料(アミノ酸)	白こしょう	でん粉(馬鈴薯)	砂糖	アスパラガスと ツナのソテー
	キャベツ	絹さや	菜種油	塩	たまねぎ	鶏がらスープ★52	福神漬★65	粒状植物性たん白	しょうゆ	ツナ★18
	パブリカ(赤)	生姜	砂糖	白ごま	にんにく	しょうゆ★34	フルーツミックス	砂糖 酵母エキス	本みりん	キャベツ
	パブリカ(黄)	砂糖	うすくちしょうゆ★35	ごま油	じゃがいも	塩	みかんレトルト★68	しょうが	でん粉(馬鈴薯)	グリーンアスパラガス
	むき枝豆★17	しょうゆ★34	ゆず果汁	赤いんげん豆	赤いんげん豆	白こしょう	パイレトルト★69	黒こしょう	かつお節	パブリカ(赤)
	オリーブ油	みりん★43	純米酢(米)	白いんげん豆	白いんげん豆	砂糖	黄桃レトルト★70	米粉加工品	塩	パブリカ(黄)
	レモン汁	酒	きんぴらごぼう	ひよこ豆	ひよこ豆	ごま油	アセロラジュレ	大豆油	小麦・大豆	パブリカ(黄)
	純米酢(米)	いりこ(だし用)	こんにやく	うずら豆	うずら豆	でんぷん★33	水あめ	炭酸カルシウム	切干大根のゆかり和え	塩
	塩	昆布(だし用)	ごぼう	揚げ春巻き	揚げ春巻き	揚げ春巻き	果糖ぶどう糖液糖	ピロリン酸第二鉄	切干大根	白こしょう
	白こしょう	小松菜のごまみそ和え	にんにく	トマト	トマト	豚肉 たまねぎ	アセロラ果汁	加工でん粉(とうもろこし)	みずな	菜種油
	砂糖	小松菜	菜種油	トマトケチャップ★44	パセリ	にんにく キャベツ	りんご果汁	小麦・大豆	とうもろこし	オレンジ
	オレンジ	もやし	砂糖	トマト	小麦粉	植物油脂	酸味料	鶏肉・豚肉	ゆかり★26	
	一食ミルメクロービー★57	白ごま	しょうゆ★34	コンソメ★50	塩	はるさめ	増粘多糖類	菜種油	うすくちしょうゆ★35	
		みそだれ★55	酒	塩	白こしょう	しょうゆ 小麦粉	加工でん粉(非公開)	野菜炒め		
		ノンエッグマヨネーズ★56	塩	白こしょう	ショートニング 豚脂	ショートニング 豚脂	野菜色素	豚肉		
		みりん★43	白ごま	ナツメグ	でん粉(馬鈴薯)	でん粉(馬鈴薯)	香料	キャベツ		
		レモン汁	一味とうがらし	オレガノ	しょうがペースト	しょうがペースト	カロチノイド色素	もやし		
		柏餅		鶏のレモンソース煮	ポークフィヨン	ポークフィヨン	りんご	にんにく		
		金時豆		鶏肉	発酵調味料	発酵調味料		塩		
		手亡豆		菜種油	ポークエキス	ポークエキス		白こしょう		
		寒天		塩	酵母エキス	酵母エキス		うすくちしょうゆ★35		
		上新粉		白こしょう	乾燥しいたけ 砂糖	乾燥しいたけ 砂糖		菜種油		
		砂糖		レモン汁	たん白加水分解物	たん白加水分解物				
		酵素		キャベツとツナの サラダ	香辛料 塩 米粉	キャベツとツナの サラダ				
		※小麦・大豆		キャベツ	粉あめ	キャベツ				
				とうもろこし	ソルビトール	とうもろこし				
				ツナ★18	乳化剤 増粘剤	ツナ★18				
			ノンエッグマヨネーズ★56	クエン酸鉄ナトリウム	ノンエッグマヨネーズ★56					
			塩	小麦・大豆	塩					
			白こしょう	海藻サラダ	白こしょう					
			りんご酢★38	きゅうり	りんご酢★38					
				もやし						
				海藻サラダ★28						
				青じそドレッシング★53						
エネルギー(kcal)	781	816	777	796	793	864	887	830	799	819
たんぱく質(g)	27.1	34.0	28.7	29.8	38.2	30.6	24.6	26.3	31.3	36.8
脂質(g)	21.0	23.2	26.9	23.1	30.0	31.8	23.2	28.7	21.6	23.3

日	2023/5/18	2023/5/19	2023/5/22	2023/5/23	2023/5/24	2023/5/25	2023/5/26	2023/5/29	2023/5/30	2023/5/31	
曜	木	金	月	火	水	木	金	月	火	水	
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯				麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	キャラットパン★88	
	こめむぎ	こめむぎ				こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	豆乳チャウダー	
	家常豆腐	だご汁				韓国肉風じゃが	ビーンズハヤシ	みそ汁	厚揚げとじゃが芋の うま煮	鶏肉	
	豚肉	鶏肉				豚肉	豚肉	ミニ絹厚揚げ★14	鶏肉	たまねぎ	
	酒	だご				にんにく	赤ワイン	じゃがいも	鶏肉	にんにく	
	しょうゆ★34	小麦粉				大豆	たまねぎ	小松菜	絹厚揚げ	じゃがいも	
	にんにく	でん粉(ばれいしょ)				じゃがいも	赤いんげん豆	天拝みそ★42	豆腐	とうもろこし	
	たまねぎ	小麦				にんにく	白いんげん豆	いりこ(だし用)	デキストリン	白ワイン	
	たけのこ	※大豆				たまねぎ	うずら豆	さばのかば焼き	でん粉(コーン)	パセリ	
	干しいたけ	油揚げ★12				絹さや	ひよこ豆	さば切身粉付き	ぶどう糖	無調整豆乳	
	絹厚揚げ	ごぼう				キムチ	ソレードニオン	さば	植物油脂	塩	
	豆乳	だいこん				白菜	たまねぎ	コーンスターチ	豆腐用凝固剤	白こしょう	
	デキストリン	にんにく				異性化液糖	大豆油	※さけいりか	酸化防止剤	コンソメ★50	
	でん粉(コーン)	じゃがいも				醸造酢	マッシュルーム★16	※さけいりか	ピロリン酸第二鉄	薄力粉	
	ぶどう糖	根深ねぎ				唐辛子	グリーンピース	菜種油	大豆	豆乳バター★29	
	植物油脂	しょうゆ★34				にんにく	トマト	砂糖	じゃがいも	白身魚フライ	
	豆腐用凝固剤	酒				にんにく	トマトケチャップ★44	しょうゆ★34	にんにく	スケソウダラ	
	酸化防止剤	いりこ(だし用)				調味料(アミノ酸等)	薄力粉	酒	たまねぎ	パン粉	
	ピロリン酸第二鉄	きびなご				酸味料	菜種油	白ごま	むき枝豆★17	小麦粉	
	大豆	きびなご				着色料(パブリカ色素)	ハヤシルウ★30	切干大根の即席漬	砂糖	加工でん粉(馬鈴薯)	
	大豆	カリカリフライ★5				ビタミンB1	ウスターソース★36	切干大根	しょうゆ★34	乳化剤	
	葉ねぎ	菜種油				砂糖	しょうゆ★34	にんにく	みりん★43	増粘多糖類	
	生姜	きゅうりとわかめの 酢の物				しょうゆ★34	あじの塩焼き	白こしょう	酒	塩	
	酒	きゅうり				あじ	白こしょう	昆布	菜種油	こしょう	
	砂糖	もやし				塩	ローリエ	醸造酢	わかめとじゃこの さつと煮	小麦	
	しょうゆ★34	わかめ				※さけいりか	ポテトサラダ	しょうゆ★34	わかめ	アスパラガスサラダ	
	赤みそ★41	わかめ				菜種油	じゃがいも	純米酢(米)	しらす干し	キャベツ	
	豆板じゃん★48	純米酢(米)				ナムル	とうもろこし	砂糖	酒	グリーンアスパラガス	
	でんぷん★33	うすくちしょうゆ★35				ほうれん草	りんご酢★38		みりん★43	オリーブ油	
	焼きぎょうざ	砂糖				もやし	塩		しょうゆ★34	純米酢(米)	
	スクールぎょうざ★6	塩				白ごま	白こしょう		菜種油	塩	
	菜種油	白ごま				しょうゆ★34	冷凍黄桃		もやしのみそだれ和え	白こしょう	
	ブロッコリーの 中華サラダ	青うめゼリー				ごま油	黄桃シロップ漬		パブリカ(赤)	砂糖	
	ブロッコリー	ぶどう糖果糖液糖					酸味料		もやし		
	とうもろこし	グラニュー糖					もも		みそだれ★55		
	白ごま	果糖					※オレンジ・キウイ		ノンエッグマヨネーズ★56		
	ポリデキストロース	ポリデキストロース					※りんご・バナナ		みりん★43		
	純米酢(米)	うめ果汁					※大豆・ゼラチン		レモン汁		
	しょうゆ★34	ゲル化剤									
	砂糖	酸味料									
	ごま油	香料									
		ビタミンC									
		クエン酸第一鉄ナトリウム									
	エネルギー(kcal)	834	833	761	780	852	810	866	803	778	867
	たんぱく質(g)	32.5	27.7	30.2	30.0	35.4	37.4	26.4	28.3	30.7	32.1
脂質(g)	26.1	26.2	21.7	20.4	36.3	25.3	28.5	27.8	22.5	39.5	