○ 牛乳は毎日あります

○ 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

○ しらす干し、あさり、わかめなどの海産物は、「えび」「かに」が生息している海域で採集しています

日	2017/11/1	2017/11/2	2017/11/6	2017/11/7	2017/11/8	2017/11/9	2017/11/10	2017/11/13	2017/11/14	2017/11/15
曜	水	木	月	火	水	木	金	月	火	水
献立及び材料	胚芽パン★90	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★84	麦ご飯	麦ごはん	麦ご飯	わかめ麦ご飯	普通パン★84
	ポークビーンズ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	ハンバーグ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	豆乳クラムチャウダー
	豚肉	けんちん汁	まぐろそぼろ丼の具	八宝菜	スクールハンバーグ★8	みそ汁	根菜カレー	ちゃんこ汁	わかめ	ベーコン★23
	赤ワイン	だいこん	ツナ★16	鶏肉	菜種油	豆腐★10	鶏肉	ミートボール	うどん	あさり
	ミックスビーンズ	しめじ	生姜	てんぷら★20	トマトケチャップ★45	油揚げ★11	さといも	鶏肉 豚肉	うどん麺★2	たまねぎ
	白いんげん豆	ごぼう	菜種油	生姜	ウスターソース★38	小松菜	ごぼう	たまねぎ	かまぼこ★19	にんじん
	ひよこ豆	さといも	とうもろこし	あさり	赤ワイン	切干大根	れんこん★17	しょうが	干ししいたけ	じゃがいも
	赤いんげん豆	こんにゃく	絹さや	いか	砂糖	天拝みそ★43	たまねぎ	パン粉	いりこ(だし用)	とうもろこし
	いんげん豆	豆腐★10	酒	たまねぎ	でん粉	いりこ(だし用)	にんじん	でん粉(ばれいしょ)	しょうゆ★36	白ワイン
	大豆	葉ねぎ	しょうゆ★36	たけのこ	キャベツのソテー	豚肉の生姜焼き	ゆでレンズ豆	でん粉(とうもろこし)	塩	パセリ
	じゃがいも	いりこ(だし用)	砂糖	チンゲン菜	キャベツ	豚肉	レンズ豆	粉末状植物性たん白	酒	豆乳
	にんじん	塩	塩	にんじん	塩	菜種油	※小麦	豚脂	鶏南うどんの具	塩
	たまねぎ	しょうゆ★36	豆腐汁	干ししいたけ	白こしょう	生姜	薄力粉	粒状植物性たん白	鶏肉	白こしょう
	トマト	カレイフライ	豆腐★10	しめじ	菜種油	しょうゆ★36	菜種油	ブルーンピューレ	ごぼう	コンソメ★50
	トマトケチャップ★45	カレイ	かまぼこ★19	中華スープ★51	一食スライスチーズ	酒	カレー粉	魚介エキス 塩	根深ねぎ	米粉豆乳ホワイトルウ★35
	ウスターソース★38	パン粉	ごぼう	しょうゆ★36	ナチュラルチーズ	本みりん★44	カレールーフレーク★34	パン酵母 香辛料	砂糖	トマトオムレツ
	砂糖	小麦粉	ほうれん草	塩	乳化剤	さつまいもとアーモンドのサラダ	ウスターソース★38	パーム油	しょうゆ★36	鶏卵
	塩	澱粉(コーン)	しょうゆ★36	白こしょう	乳		しょうゆ★36	ピロリン酸第二鉄	本みりん★44	植物油脂
	白こしょう	植物性蛋白	淡口しょうゆ★37	でん粉	野菜スープ	さつまいも	塩	鶏肉・豚肉	小松菜のじゃこ和え	塩
	ブロッコリーとキャベツのサラダ	植物性油脂	塩	揚げシュウマイ	ベーコン★23	しらす干し	にんにく	小麦・大豆	小松菜	トマトケチャップ
	キャベツ	塩	酒	たまねぎ	はくさい	アーモンド★58	福神漬★30	にんじん	もやし	たまねぎ
	ブロッコリー	こしょう	昆布(だし用)	しょうが	セロリー	ノンエッグマヨネーズ★56	フルーツヨーグルト	しめじ	にんじん	トマトピューレ
	ノンエッグマヨネーズ★56	小麦・大豆	鰹節(だし用)	豚肉	だいこん	しょうゆ★36	みかんレトルト★70	豆腐★10	しらす干し	鶏肉
	塩	※えび・いか・卵	わかめのさっと煮	鶏肉	菜種油		パインレトルト★71	葉ねぎ	しょうゆ★36	でん粉発酵調味料
	白こしょう	※さば・ごま	わかめ	でん粉(馬鈴薯)	にんじん		黄桃レトルト★72	はくさい	本みりん★44	食用卵殻粉
		菜種油	にんじん	粒状大豆たん白	コンソメ★50		ヨーグルト★82	塩	ブルーンヨーグルト★83	トレハロース
	オレンジ	れんこんのアーモンド炒め	酒	砂糖	塩			しょうゆ★36	ぶどうゼリー★79	加工でん粉
	一食いりこ★65	れんこん水煮	本みりん★44	塩	白こしょう			いりこ(だし用)		卵・大豆・鶏肉
		れんこん	しょうゆ★36	しょうゆ	鶏がらスープ★53			酒		小麦・豚肉・ゼラチン
		クエン酸	ごま油	酵母エキス	しょうゆ★36			鯖のかば焼き		菜種油
		にんじん	塩	こしょう	一食いりこ★65			粉付さば		花野菜サラダ
		砂糖	一食アーモンド	小麦粉				さば		カリフラワー
		しょうゆ★36	アーモンド	小麦・大豆				コーンスターチ		ブロッコリー
		本みりん★44	コーン油	豚肉・鶏肉				さば		菜種油
		アーモンド★58	なたね油	菜種油				菜種油		純米酢★39
		菜種油	塩	中華サラダ				砂糖		砂糖
			一食黒糖ビーンズ★64	もやし				しょうゆ★36		塩
				とうもろこし				酒		白こしょう
				キャベツ				白ごま		
				純米酢★39				切干大根の酢の物		
				淡口しょうゆ★37				切干大根		
				ごま油				水菜		
				塩				油揚げ★11		
				白こしょう				純米酢★39		
								砂糖		
								塩		
								淡口しょうゆ★37		
エネルギー(kcal)	810	835	744	741	782	878	803	824	729	760
たんぱく質(g)	33.6	25.9	29.7	31.8	35.0	32.8	24.7	32.3	28.9	30.0
脂質(g)	30.2	26.8	23.2	18.3	32.3	30.6	17.4	26.9	14.6	31.0

日	2017/11/16	2017/11/17	2017/11/20	2017/11/21	2017/11/22	2017/11/24	2017/11/27	2017/11/28	2017/11/29	2017/11/30
曜	木	金	月	火	水	金	月	火	水	木
献立及び材料	麦ご飯	麦ごはん	麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★85	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★90	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	あさり入りスパゲティ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	秋野菜のシチュー	こめ むぎ
	ワンタンスープ	吹き寄せご飯の具	昆布と野菜の煮物	わかめときのこのスープ	スパゲティ★1	豚汁	みそ汁	家常豆腐	ベーコン★23	おでん
	ロースハム★22	鶏肉	鶏肉	豚肉	豚肉	豚肉	絹厚揚げ★12	鶏肉	白ワイン	鶏肉
	もやし	ごぼう	にんじん	わかめ	あさり	油揚げ★11	えのきたけ	酒	さつまいも	さといも
	にら	干ししいたけ	たまねぎ	根深ねぎ	いか	さといも	たまねぎ	しょうゆ★36	たまねぎ	てんぷら★20
	にんじん	にんじん	こんにゃく	干ししいたけ	白ワイン	だいこん	さといも	にんにく	にんじん	こんにゃく
	ワンタン	むき枝豆	じゃがいも	えのきたけ	にんにく	こんにゃく	天拝みそ★43	たまねぎ	しめじ	だいこん
	小麦粉	枝豆	昆布	鶏がらスープ★53	たまねぎ	葉ねぎ	葉ねぎ	たけのこ	パセリ	絹厚揚げ★12
	麦たん白	大豆	たけのこ	中華スープ★51	にんじん	米みそ★40	いりこ(だし用)	干ししいたけ	白いんげんまめ	ちくわ★21
	野菜粉末(オニオン)	むき栗	絹さや	淡口しょうゆ★37	しめじ	麦みそ★41	きす天ぷら	絹厚揚げ★12	豆乳	しょうゆ★36
	塩	栗	菜種油	白こしょう	万能ねぎ	いりこ(だし用)	きす	大豆	薄力粉	本みりん★44
	小麦	砂糖	しょうゆ★36	塩	コンソメ★50	ししゃもフリッター	小麦粉	葉ねぎ	菜種油	砂糖
	鶏がらスープ★53	塩	砂糖	肉団子の甘酢あん	トマト	ししゃも	でん粉(とうもろこし)	生姜	塩	昆布(だし用)
	しょうゆ★36	乳酸カルシウム	酒	肉団子	トマトケチャップ★45	小麦粉	加工でん粉(とうもろこし)	酒	白こしょう	鰹節(だし用)
	塩	ビタミンC	いわしの梅煮★3	牛肉	デミグラスソース★47	でん粉(とうもろこし)	膨張剤	砂糖	コンソメ★50	いわし佃煮★69
	大豆とレバーの揚げ煮	酒	白菜のかぼす和え	豚肉	野菜とウインナーのソテー	膨張剤	乳化剤	しょうゆ★36	ツナと野菜のソテー	ほうれん草と春菊の香り和え
	鶏肝タツタ★9	しょうゆ★36	はくさい	玉ねぎ	とうもろこし	乳化剤	塩	赤みそ★42	とうもろこし	ほうれん草
	大豆	本みりん★44	えのきたけ	パン粉	キャベツ	菜種油	菜種油	豆板じゃん★49	キャベツ	春菊
	でん粉	しらす干し	純米酢★39	ソテードオニオン	パプリカ(赤)	パーム油	パーム油	でん粉	ツナ★16	もみのり★27
	菜種油	塩	かぼす果汁	鶏肉	チキンウインナー★25	小麦	小麦	スクールぎょうざ★6	塩	しょうゆ★36
	パプリカ(赤)	お吸い物	塩	でん粉(馬鈴薯)	菜種油	菜種油	菜種油	菜種油	コンソメ★50	本みりん★44
	しょうゆ★36	豆腐★10	淡口しょうゆ★37	粉末状植物性たん白	ひじきのごまだれ和え	ごまひじき★32	小松菜のごま炒め	春雨の酢の物	白こしょう	
	砂糖	ほうれん草	砂糖	塩	白こしょう	ごぼう	小松菜	緑豆春雨	菜種油	
	本みりん★44	おわらふ		ビーフブイヨン	菜種油	にんじん	にんじん	もやし	りんご	
	生姜	小麦粉		しょうゆ	みかん	ごまドレッシング★55	油揚げ★11	にんじん	一食ミルメークコーヒー★60	
	海藻サラダ	小麦		黒こしょう			ごま油	きゅうり		
	だいこん	えのきたけ		牛肉・豚肉			しょうゆ★36	純米酢★39		
	きゅうり	淡口しょうゆ★37		小麦・鶏肉・大豆			本みりん★44	砂糖		
	海草サラダ	塩		菜種油			白ごま	塩		
	わかめ(茎わかめ)	鰹節(だし用)		はくさい			一食あさり佃煮	ごま油		
	昆布	昆布(だし用)		たまねぎ			あさり	淡口しょうゆ★37		
	赤つのまた	さんまのみぞれ煮★4		にんじん			しょうゆ			
	青つのまた	柿		砂糖			還元水あめ			
	白キリンサイ	柿		しょうゆ★36			砂糖			
	※えび・かに	※オレンジ・りんご		純米酢★39			しょうが			
	青じそドレッシング★54	※キウイ・もも・バナナ		酒			酵母エキス			
	一食ふりかけ	※大豆・ゼラチン		中華スープ★51			寒天			
	広島菜 京菜			でん粉			大豆・小麦			
	大根葉 砂糖			ブロッコリーの和え物			※かに			
	鰹削り節			ブロッコリー						
	赤しそ 塩			しらす干し						
	かぼちゃ			しょうゆ★36						
	にんじん			本みりん★44						
	みりん 酵母エキス			白ごま						
	食用植物油脂			一食チーズ★63						
	昆布エキス			一食いりこ★65						
	酸化防止剤									
	酸味料									
エネルギー(kcal)	718	788	774	728	792	847	744	831	815	800
たんぱく質(g)	28.7	31.6	30.0	26.6	33.8	26.1	24.4	30.4	27.3	36.6
脂質(g)	19.3	22.0	21.4	22.0	20.3	31.6	21.3	21.3	30.8	18.5

平均 エネルギー:787kcal たんぱく質:30.0g 脂質:23.9g

表示凡例 献立名 加工品名 加工品のアレルゲン ※コンタミネーション