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

日	2021/7/1	2021/7/2	2021/7/5	2021/7/6	2021/7/7	2021/7/8	2021/7/9
曜	木	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**わかめ麦ご飯**	**普通パン★79**	**麦ご飯**
	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ わかめ	**野菜スープ**	こめ むぎ
	カレー麻婆	**じゃがもちのすまし汁**	**枝豆ご飯の具**	**厚揚げのそぼろ煮**	**天の川汁**	ベーコン★21	**夏野菜カレー**
	高野豆腐	**じゃがもち**	むき枝豆★15	鶏肉	**星型ふ**	たまねぎ	鶏肉
	大豆	じゃがいも	しらす干し	菜種油	小麦粉	じゃがいも	かぼちゃ
	炭酸カリウム	加工でん粉(キャッサバ)	うすくちしょうゆ★33	大豆	小麦たんぱく	セロリ	なす
	豆腐用凝固剤	でん粉(馬鈴薯)	砂糖	生姜	ビタミンE	にんじん	ピーマン
	大豆	塩	酒	絹厚揚げ★10	**小麦**	ゆでレンズ豆★12	むき枝豆★15
	牛肉	グルコマンナン	みりん★41	じゃがいも	**お魚そうめん**	コンソメ★47	とうもろこし
	豚肉	たまねぎ	塩	にんじん	たら	塩	トマト水煮★43
	たまねぎ	にんじん	白ごま	たまねぎ	発酵調味料	黒こしょう	ゆでレンズ豆★12
	にんじん	わかめ	**つみれ汁**	むき枝豆★15	水あめ	パセリ	薄力粉
	ピーマン	葉ねぎ	つみれ★19	干ししいたけ	砂糖	**ウインナー**	菜種油
	とうもろこし	酒	にんじん	砂糖	塩	**ポークウインナー**	カレー粉
	にんにく	塩	干ししいたけ	しょうゆ★32	加工澱粉(キャッサバ)	豚肉	ウスターソース★34
	カレー粉	うすくちしょうゆ★33	えのきたけ	酒	トレハロース	豚脂肪	しょうゆ★32
	菜種油	鰹節(だし用)	たまねぎ	みりん★41	**※小麦・大豆・豚肉**	塩	生姜
	塩	昆布(だし用)	葉ねぎ	**千草焼(玉子焼き)**	**※えび・ごま・さば**	砂糖	にんにく
	ウスターソース★34	**ぶりの照焼**	酒	鶏卵	豆腐★8	香辛料	カレールウ★30
	しょうゆ★32	ぶり	天拝みそ★40	うすくちアミノ酸液	オクラ	調味料(アミノ酸)	塩
	トマトケチャップ★42	砂糖	いりこ(だし用)	うすくち醤油	干ししいたけ	リン酸塩	白こしょう
	でん粉(馬鈴薯)	水あめ	**チキンカツ**	砂糖	塩	ソルビン酸	**福神漬★28**
	焼き餃子	たん白加水分解物	鶏肉	砂糖混合異性化液糖	うすくちしょうゆ★33	ビタミンC	**フルーツヨーグルト**
	スクールぎょうざ★5	しょうゆ	植物油脂	かつおエキス	昆布(だし用)	pH調整剤	みかんレトルト★65
	菜種油	米発酵調味料	小麦粉加工品	濃縮煮干しだし	鰹節(だし用)	亜硝酸ナトリウム	パインレトルト★66
	キャベツの即席漬け	塩	植物性たん白	塩	**さわらの竜田揚げ**	**豚肉**	黄桃レトルト★67
	キャベツ	酵母エキス	パン粉	小松菜	さわら	菜種油	プレーンヨーグルト★64
	きゅうり	**小麦・大豆**	フライミックス粉	食物繊維	でん粉(馬鈴薯)	**パプリカサラダ**	ダイスゼリーマスカット★69
	しょうゆ★32	**※さば・いか・さけ・かに**	塩	でん粉(とうもろこし)	しょうゆ	キャベツ	
	砂糖	**ごぼうのごまみそだれ**	調味エキス	人参	砂糖	パプリカ(赤)	
	純米酢★35	ごぼう	香辛料	たけのこ	みりん	パプリカ(黄)	
		ほうれん草	加工でんぷん(タピオカ)	しいたけ	生姜	オリーブ油	
		とうもろこし	炭酸カルシウム	豆腐	**大豆・小麦**	りんご酢★36	
		みそだれ★52	膨脹剤	砂糖	**※えび・いか・卵**	砂糖	
		ノンエッグマヨネーズ★53	ピロリン酸鉄	植物油脂	**※さば・ごま**	塩	
		みりん★41	乳化剤	**卵・大豆・小麦**	菜種油	白こしょう	
		レモン汁	**鶏肉・大豆・小麦**	**もやしのおかか和え**	**なすの香味和え**	**一食ミルメークコーヒー★55**	
		白ごま	**※えび・かに・卵・乳**	もやし	なす		
			菜種油	とうもろこし	にんじん		
				うすくちしょうゆ★33	純米酢★35		
				みりん★41	純正ごま油		
				かつお節	しょうゆ★32		
				一食しそひじき★60	砂糖		
					白ごま		
					七夕ゼリー		
					巨峰果汁		
					異性化液糖		
					パインシラップ漬け		
					ナタデココ ぶどう糖		
					粉末水あめ ゲル化剤		
					酸味料 クチナシ赤色素		
					香料		
エネルギー(kcal)	655	660	624	645	634	574	657
たんぱく質(g)	25.2	23.8	23.6	25.1	22.4	22.8	21.9
脂質(g)	20.0	19.3	19.0	17.6	19.4	23.4	16.2

日	2021/7/12	2021/7/13	2021/7/14	2021/7/15	2021/7/16	2021/7/19	2021/7/20
曜	月	火	水	木	金	月	火
献立及び材料	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**米粉パン★83**	**麦ご飯**	**チキンピラフ**	**麦ご飯**	**麦ご飯**
	こめ むぎ	こめ むぎ	**スパゲッティシシリアン**	こめ むぎ	アルファ化米(うるち米)	こめ むぎ	こめ むぎ
	みそ汁	**けんちん汁**	スパゲッティ★1	**肉じゃが**	白ワイン	**あさりのみそ汁**	**ワンタンスープ**
	ミニ絹厚揚げ★11	にんじん	菜種油	豚肉	鶏肉	あさり	ロースハム★20
	たまねぎ	しめじ	鶏肉	生姜	たまねぎ	油揚げ★9	菜種油
	えのきたけ	こんにゃく	なす	じゃがいも	にんじん	ごぼう	もやし
	わかめ	ごぼう	玉ねぎ	にんじん	とうもろこし	えのきたけ	にら
	葉ねぎ	豆腐★8	にんじん	たまねぎ	オリーブ油	根深ねぎ	ワンタン★3
	天拝みそ★40	葉ねぎ	セロリ	こんにゃく	グリンピース	米みそ★37	鶏がらスープ★49
	いりこ(だし用)	いりこ(だし用)	トマト水煮★43	干ししいたけ	コンソメ★47	赤みそ★39	中華スープ★48
	豚肉の甘辛焼き	塩	トマトケチャップ★42	むき枝豆★15	塩 白こしょう	砂糖	しょうゆ★32
	豚肉	しょうゆ★32	赤ワイン	しょうゆ★32	**ハンバーグケチャップソース**	いりこ(だし用)	塩
	酒	**さばみそホイル**	トマト	砂糖	**ハンバーグ**	**刻み煮あなご**	**酢鶏**
	砂糖	さば	コンソメ★47	酒	豚肉 鶏肉 たまねぎ	真あなご	鶏肉
	しょうゆ★32	砂糖	パプリカ(粉末)	みりん★41	粒状植物性たん白 豚脂	醸造調味料	でん粉(馬鈴薯)
	にんにく	みそ	塩	**いわし佃煮★62**	難消化性デキストリン	砂糖	菜種油
	菜種油	本みりん	白こしょう	**オクラと**	果糖ぶどう糖液糖	しょうゆ	鶏肝タツタ★7
	ピーマンのじゃこ和え	米粉	**アスパラガスと**	**わかめのサラダ**	でん粉(とうもろこし)	発酵調味料	にんじん
	ピーマン	**さば・大豆**	**赤玉ねぎのサラダ**	オクラ	粉末状植物性たん白	**小麦・大豆**	たまねぎ
	もやし	**切干大根の即席漬け**	キャベツ	もやし	ドロマイト ぶどう糖加工品	**小松菜の和え物**	干ししいたけ
	しらす干し	切干大根	グリーンアスパラガス	わかめ	ポークエキス 発酵調味料	小松菜	たけのこ
	うすくちしょうゆ★33	**水晶昆布**	赤たまねぎ	青じそドレッシング★50	塩 加工油脂 酵母エキス	もやし	パプリカ(赤)
	みりん★41	昆布	オリーブ油		チキンブイヨン	しょうゆ★32	ピーマン
		醸造酢	純米酢★35		加工でん粉(タピオカ)	みりん★41	生姜
		しょうゆ★32	塩		クエン酸鉄ナトリウム	**ミニたい焼き**	にんにく
		純米酢★35	白こしょう		**豚肉・鶏肉・大豆**	小麦粉	酒
		砂糖	砂糖		菜種油	砂糖	純米酢★35
		白ごま	**黄桃コンポート★63**		トマトケチャップ★42	ぶどう糖	砂糖
					ウスターソース★34	塩	塩
					赤ワイン	食用植物油脂	トマトケチャップ★42
					砂糖	小豆	しょうゆ★32
					でん粉(馬鈴薯)	還元水飴	**冷凍パイン**
					豆のサラダ	ベーキングパウダー	パイナップルシロップ漬け
					大豆	増粘剤	酸味料
					ブロッコリー	着色料	**※オレンジ・りんご・キウイ**
					キャベツ	**小麦**	**※もも・バナナ**
					サウザンアイランドドレッシング		**※大豆・ゼラチン**
					食用植物油脂 醸造酢		
					水あめ 砂糖		
					トマトケチャップ ピクルス		
					塩 にんじんエキス プルーン		
					酵母エキスパウダー		
					乳化剤 増粘剤 香辛料抽出物		
					いちごゼリー		
					いちご 異性化液糖 水飴		
					粉末水飴 砂糖 酸味料		
					増粘多糖類 酸化防止剤		
					みかんゼリー		
					みかん果汁 みかん 砂糖		
					ぶどう糖果糖液糖		
					異性化液糖 粉末水飴		
					増粘多糖類 酸味料 香料		
エネルギー(kcal)	614	638	617	617	686	636	602
たんぱく質(g)	26.0	24.4	24.2	23.4	25.9	26.9	20.4
脂質(g)	19.5	19.7	16.5	14.4	21.0	15.4	16.0

平均 エネルギー:632kcal たんぱく質:24.0g 脂質:18.3g

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**