

○ 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	2021/11/1	2021/11/2	2021/11/4	2021/11/5	2021/11/8	2021/11/9	2021/11/10	2021/11/11	2021/11/12	2021/11/15
曜	月	火	木	金	月	火	水	木	金	月
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	米粉パン★83	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	あさり入り トマトスゲッティ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ
	みそ汁	ワンダースープ	三平汁	おでん	さつま汁	高野豆腐の煮物	トマトスゲッティ	大根と厚揚げの オイスターソース煮	ビーンスカレー	ちゃんこ汁
	ミニ絹厚揚げ★11	ロースハム★20	ホキ	鶏肉	鶏肉	高野豆腐	スパゲッティ★1	オイスターソース煮	鶏肉	肉団子
	じゃがいも	菜種油	酒	さといも	さつまいも	大豆	鶏肉	豚肉	生姜	鶏肉
	葉ねぎ	にんじん	じゃがいも	てんぷら★17	にんじん	炭酸カリウム	菜種油	酒	にんにく	たまねぎ
	天祥みそ★40	小松菜	豆腐★8	こんにやく	はくさい	豆腐用凝固剤	あさり	にんにく	酒	でん粉(馬鈴薯)
	いりこ(だし用)	ワンタン★3	だいこん	絹厚揚げ★10	油揚げ★9	大豆	にんにく	生姜	たまねぎ	豚肉
	ハンバーグきのこソース	鶏がらスープ★49	たまねぎ	だいこん	根深ねぎ	鶏肉	白ワイン	絹厚揚げ★10	だいこん	還元水あめ
	ハンバーグ	中華スープ★48	根深ねぎ	砂糖	米みそ★37	たけのこ	たまねぎ	だいこん	白いんげん豆	植物性たん白
	豚肉	しょうゆ★32	うすくちしょうゆ★33	しょうゆ★32	まいり★41	にんじん	にんじん	にんじん	赤いんげん豆	チキンオイル
	鶏肉	塩	塩	まいり★41	いりこ(だし用)	エリンギ	エリンギ	むき枝豆★15	うすら豆	大豆油
	たまねぎ	レバーとさつまいも ナッツの揚げ煮	昆布(だし用)	鯉節(だし用)	儀助煮	むき枝豆★15	ほうれん草	オイスターソース★45	ひよこ豆	塩
	粒状植物性たん白	鶏肝タツタ★7	いりこ(だし用)	昆布(だし用)	大豆	じゃがいも	トマト水煮★43	砂糖	じゃがいも	香辛料
	豚脂	鶏肝タツタ★7	ザンギ	いわし佃煮★62	でん粉(馬鈴薯)	しょうゆ★32	トマトケチャップ★42	うすくちしょうゆ★33	グリーンピース	ドロマイト
	難消化性デキストリン	さつまいも	鶏肉	もやしとキャベツの	いりこ	みりん★41	デミグラスソース★44	みりん★41	薄力粉	ピロリン酸鉄
	果糖ぶどう糖液糖	菜種油	にんにく	ごま酢和え	菜種油	酒	コンソメ★47	わかさぎフライ	菜種油	焼成カルシウム
	でん粉(とうもろこし)	生薑	生姜	もやし	砂糖	砂糖	塩	わかさぎ	カレー粉	鶏肉・豚肉・大豆
	粉末状植物性たん白	パプリカ(赤)	しょうゆ★32	キャベツ	しょうゆ★32	玉子焼き	白こしょう	小麦粉	カレー粉	※えび・かに
	ドロマイト	アーモンド	酒	とうもろこし	白ごま	卵	ウインナー	小麦粉	ウスターソース★34	※小麦・卵・乳
	ぶどう糖加工品	しょうゆ★32	薄力粉	純米酢★35	こんにやくと ごぼうの金平	うすくちアミノ酸液	豚肉	でん粉(とうもろこし)	しょうゆ★32	にんじん
	ポークエキス	砂糖	でん粉(馬鈴薯)	ごま油	ごぼう	うすくち醤油	豚脂肪	植物性たん白(大豆)	塩	しめじ
	発酵調味料	みりん★41	菜種油	白ごま	ごぼう	砂糖	塩	植物性油脂	塩	福神漬★28
	塩	酒	松前漬	砂糖	ごぼう	塩	香辛料	塩	塩	フルーツヨーグルト
	加工油脂	わかめとじゃこの さつと煮	すのめ	しょうゆ★32	さいやんげん	砂糖混合異性化液糖	調味料(アミノ酸)	こしょう	こしょう	みかんレトルト★65
	酵母エキス	わかめ	いりこ	カット柿	菜種油	かつおエキス	リン酸塩	ピロリン酸第二鉄	ピロリン酸第二鉄	パインレトルト★66
	チキンブイヨン	わかめ	にんじん	柿	砂糖	濃縮煮干しだし	リン酸塩	小松菜	黄桃レトルト★67	塩
	加工でん粉(タピオカ)	しらす干し	昆布	※オレジン・りんご・もも ※キウイフルーツ・バナナ ※大豆・ゼラチン	しょうゆ★32	でん粉(とうもろこし)	ソルビン酸	※えび・いりこ・卵 ※さば・ごま	フレーンヨーグルト★64	しょうゆ★32
クエン酸鉄ナトリウム	みりん★41	みりん★41	※大豆・ゼラチン	塩	植物油脂	ビタミンC	菜種油		いりこ(だし用)	
豚肉・鶏肉・大豆	しょうゆ★32	純米酢★35		一味とうがらし	食物繊維	pH調整剤			酒	
菜種油	しょうゆ★32	砂糖		カットりんご	卵・小麦・大豆	亜硝酸ナトリウム	海藻サラダ		さばのごまソースかけ	
たまねぎ	菜種油	砂糖			小松菜のおかか和え	豚肉	きゅうり		さば切り身粉付き	
エリンギ	だし汁(いりこ・昆布)	だし汁		りんご	小松菜	菜種油	もやし		さば	
マッシュルーム★14				塩	キャベツ	ブロccoliーサラダ	海苔サラダ★26		コーンスターチ	
トマトケチャップ★42				ビタミンC	うすくちしょうゆ★33	ブロccoliー	青じそドレッシング★50		さば	
ウスターソース★34				pH調整剤	みりん★41	とうもろこし			※えび・いりこ	
白ワイン				りんご	かつお節	オリーブ油			菜種油	
ハヤシルウ★29					アセロラゼリー★76	りんご酢★36			白ごま	
砂糖						塩			ウスターソース★34	
ツナと野菜のソテー						白こしょう			砂糖	
とうもろこし						砂糖			切干大根の煮付け	
キャベツ						レモン汁			切干大根	
ツナ★13									油揚げ★9	
塩									むき枝豆★15	
コンソメ★47									菜種油	
白こしょう									砂糖	
菜種油									しょうゆ★32	
一食お魚ふりかけ★59										

日	2021/11/16	2021/11/17	2021/11/18	2021/11/19	2021/11/22	2021/11/24	2021/11/25	2021/11/26	2021/11/29	2021/11/30
曜	火	水	木	金	月	水	木	金	月	火
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	胚芽パン★85	麦ご飯	わかめ麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★81	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ わかめ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ
	家常豆腐	豚肉	豚汁	うどん	肉じゃが	鶏肉	ポトフ	吹き寄せご飯の具	麻婆豆腐	春雨スープ
	豚肉	白ワイン	豚肉	うどん★2	豚肉	菜種油	鶏肉	豆腐★8	緑豆春雨	絹厚揚げ★10
	酒	赤いんげん豆	さといも	かまぼこ★16	生姜	だいこん	ごぼう	豚肉	豚肉	さといも
	しょうゆ★32	大豆	にんじん	干しいたけ	じゃがいも	たまねぎ	干しいたけ	大豆	菜種油	こんにやく
	にんにく	じゃがいも	だいこん	しょうゆ★32	にんじん	にんじん	にんじん	にんにく	酒	しめじ
	たまねぎ	にんじん	ごぼう	塩	たまねぎ	はくさい	むき枝豆★15	生姜	干しいたけ	根深ねぎ
	たけのこ	たまねぎ	ミニ絹厚揚げ★11	酒	こんにやく	セロリ	くりの甘露煮	たまねぎ	干しいたけ	根深ねぎ
	干しいたけ	トマト水煮★43	米みそ★37	いりこ(だし用)	干しいたけ	コンソメ★47	くり	にんじん	鶏がらスープ★49	米みそ★37
	絹厚揚げ★10	トマトケチャップ★42	米みそ★38	鶏南うどんの具	むき枝豆★15	塩	砂糖	根深ねぎ	うすくちしょうゆ★33	まいり★38
	大豆	ウスターソース★34	まいり★38	鶏肉	しょうゆ★32	白こしょう	ビタミンC	干しいたけ	塩	チキンカツ
	葉ねぎ	砂糖	いりこ(だし用)	ごぼう	砂糖	ローリエ	クチナン黄色素	赤みそ★39	白こしょう	鶏肉
	生薑	塩	きびなごサクサク揚げ	根深ねぎ	酒	パセリ	酒	砂糖	葉ねぎ	植物油脂
	酒	白こしょう	きびなご	砂糖	みりん★41	トマトオムレツ	しょうゆ★32	しょうゆ★32	ホキの大豆がらめ	小麦粉加工品
	砂糖	ほうれん草と キャベツのソテー	小麦粉	しょうゆ★32	カレイフライ	鶏卵	みりん★41	でん粉(馬鈴薯)	ホキ角切(粉付)	植物性たん白
	しょうゆ★32	キャベツのソテー	植物性油脂	みりん★41	カレイ	植物油脂	しらす干し	一味とうがらし	ホキ	パン粉
	赤みそ★39	ベーコン★21	でんぷん(さつまいも)	カリフラワーの ごまみそ和え	パン粉	塩	塩	豆板じやん★46	でん粉(馬鈴薯)	フライミックス粉
	豆板じやん★46	ほうれん草	しょうゆ	カリフラワー	小麦粉	トマトケチャップ	だし汁(昆布・鯉節)	塩	※えび・いりこ ※さば	塩
	でん粉(馬鈴薯)	キャベツ	みりん	パプリカ(赤)	でん粉(とうもろこし)	たまねぎ	茎わかめのお吸い物	揚げ焼売	調味エキス	香辛料
	焼き香巻き★6	とうもろこし	発酵調味料	白ごま	植物性たん白(大豆)	トマトビュレ	茎わかめ	焼売	菜種油	加工でんぷん(タピオカ)
	菜種油	塩	コンフラワー	白ごま	植物性油脂	鶏肉	かまぼこ★16	たまねぎ	大豆	加工でんぷん(タピオカ)
	チンゲン菜の	白こしょう	塩	みそだれ★52	塩	でん粉発酵調味料(さつまいも)	えのきたけ	しょうが	パプリカ(赤)	炭酸カルシウム
	オイスターソース炒め	菜種油	砂糖	ノンエッグマヨネーズ★53	こしょう	食用卵殻粉	豆腐★8	豚肉	砂糖	膨脹剤
	もやし	みかん	植物性たん白	みりん★41	乳化剤	トレハロース	葉ねぎ	鶏肉	しょうゆ★32	ピロリン酸鉄
	にんじん	一食角チーズ	しょうが	レモン汁	イーストフード	加工でん粉(未公開)	酒	でん粉(馬鈴薯)	酒	乳化剤
	チンゲン菜	ナチュラルチーズ	粉末しょうゆ	ヨーグルト	リン酸カルシウム	卵・大豆・鶏肉	うすくちしょうゆ★33	粒状大豆たん白	みりん★41	鶏肉・大豆・小麦
	とうもろこし	ナチュラルシウム	みそ	加糖練乳	ビタミンC	菜種油	しょうゆ★32	砂糖	小松菜のごまじゃこ和え	※えび・かに・卵・乳
オイスターソース★45	乳清カルシウム	膨脹剤	脱脂練乳	小松菜	さつま芋と アーモンドのサラダ	昆布(だし用)	塩	小松菜	菜種油	
ごま油	クエン酸鉄ナトリウム	小麦・大豆 ※えび・さば ※ごま	クリーム	全粉乳	さつま芋と アーモンドのサラダ	鯉節(だし用)	しょうゆ	もやし	れんこんのアーモンド炒め	
白こしょう	乳	※ごま	ホエーパウダー	ホエーパウダー	しらす干し	さば	酵母エキス	みりん★41	れんこん水煮	
塩	一食いりこ★58	菜種油	難消化性デキストリン	難消化性デキストリン	ごぼうのごまだれ和え	さば	こしょう	しょうゆ★32	れんこん	
		春菊の香りと和え	砂糖	砂糖	ごぼう	塩	小麦粉	白ごま	ビタミンC	
		春菊	オリゴ糖	ほうれん草	ほうれん草	レモン汁	小松菜・大豆 豚肉・鶏肉		クエン酸	
		もやし	果糖	とうもろこし	とうもろこし		菜種油		塩	
		もみのり★25	乳たんぱく	白ごま	白ごま		ブロccoliーの中巻サラダ		にんじん	
		しょうゆ★32	寒天	ごまドレッシング★51	ごまドレッシング★51		ブロccoliー		しょうゆ★32	
		みりん★41	増粘多糖類	うすくちしょうゆ★33	うすくちしょうゆ★33		とうもろこし		みりん★41	
			香料				白ごま		アーモンド	
			ビタミンC				純米酢★35		菜種油	
			グルコン酸亜鉛				しょうゆ★32			
			※りんご・もも ももゼリー★74				砂糖			
							ごま油			

平均 エネルギー:665kcal たんぱく質:24.9g 脂質:18.4g 表示凡例 献立名 加工品名 加工品のアレルギー ※コンタミネーション