

○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	2023/7/3	2023/7/4	2023/7/5	2023/7/6	2023/7/7	2023/7/10
曜	月	火	水	木	金	月
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	チキンピラフ	普通パン★79 パンキンスープ	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
	こめ むぎ	アルファ化米(うるち米)	ベーコン★23	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ
	肉団子のスープ	クリスタルライス(もち米)	ソーテードオニオン	厚揚げとじゃが芋の旨煮	天の川汁	みそ汁
	肉団子★9	白ワイン	たまねぎ	豚肉	星型ふ	かぼちゃ
	緑豆春雨	鶏肉	大豆油	絹厚揚げ★13	小麦粉	ミニ絹厚揚げ★14
	葉ねぎ	たまねぎ	かぼちゃ	じゃがいも	小麦たんぱく	たまねぎ
	にんじん	にんじん	パセリ	にんじん	ビタミンE	えのきたけ
	干しいたけ	とうもろこし	塩	たまねぎ	小麦	葉ねぎ
	たまねぎ	オリーブ油	無調整豆乳	さやいんげん	魚めん	天祥みそ★42
	鶏がらスープ★52	グリーンピース	ホワートルウ★32	砂糖	たら	いりこ(だし用)
	しょうゆ★34	コンソメ★50	コンソメ★50	しょうゆ★34	発酵調味料	さばのごまソースかけ
	酒	白こしょう	ハンバーグ パーベキューソース	みりん ★43	水あめ	さば切身粉付
	塩	塩	玉子焼き	酒	砂糖	さば
	白こしょう	カレーコロッケ	ハンバーグ★8	菜種油	塩	コーンスターチ
	大豆とレバーの揚げ煮	じゃがいも	菜種油	卵	加工澱粉(キャッサバ)	さば
	鶏肝タツタ★10	たまねぎ	たまねぎ	うすくちアミノ酸液	トレハロース	※さけ・いか
	大豆	にんじん	しょうゆ★34	うすくち醤油	※小麦・大豆・豚肉	菜種油
	でん粉★33	とうもろこし	赤ワイン	砂糖	豆腐★11	白ごま
	菜種油	砂糖	しょうゆ★41	塩	オクラ	ウスターソース★36
	鶏肉	乾燥マッシュポテト	赤みそ★41	砂糖混合異性化液糖	干しいたけ	砂糖
	パプリカ(赤)	大豆油	すりおろしりんご	かつおエキス	塩	枝豆
	パプリカ(黄)	塩	りんご	濃縮煮干しだし	うすくちしょうゆ★35	塩
	しょうゆ★34	炭酸カルシウム	香料	でん粉(とうもろこし)	昆布(だし用)	大豆
	砂糖	カレー粉	酸化防止剤	植物油	鯉節(だし用)	
	みりん★43	ピロリン酸第二鉄	りんご	食物繊維	いわしの生姜煮	
	生姜	パン粉	生姜	卵・小麦・大豆	砂糖	
切干大根のゆかり和え	米粉	にんにく	五目きんぴら	しょうゆ		
切干大根	小麦粉	砂糖	こんにゃく	本みりん		
水菜	大豆・小麦	レモン汁	ごぼう	でん粉(馬鈴薯)		
とうもろこし	※卵・乳	白ごま	しらす干し	生姜		
うすくちしょうゆ★35	※えび・かに	ブロッコリーと カリフラワーのサラダ	干しいたけ	塩		
ゆかり★26	菜種油	野菜ソテー	大豆	小麦・大豆		
	ローズハム★22	カリフラワー	菜種油	野菜のアーモンド炒め		
	ほうれん草	ブロッコリー	砂糖	もやし		
	キャベツ	オリーブ油	しょうゆ★34	ピーマン		
	パプリカ(赤)	りんご酢★38	みりん★43	キャベツ		
	塩	塩	塩	アーモンド		
	白こしょう	白こしょう	白ごま	菜種油		
	菜種油	砂糖	一味とうがらし	白こしょう		
	ヨーグルト★77 (代)ももゼリー★74			塩		
				コンソメ★50		
				七タゼリー		
				パインアップル果汁		
				砂糖		
				異性化液糖		
				水あめ		
				粉末水あめ		
				ゲル化剤		
				pH調整剤		
				酸化防止剤		
				調味料		
				着色料 香料		
エネルギー(kcal)	657	626	617	693	619	699
たんぱく質(g)	26.9	21.0	26.4	27.5	20.3	27.5
脂質(g)	19.1	21.1	23.9	21.2	19.7	25.2

日	2023/7/11	2023/7/12	2023/7/13	2023/7/14	2023/7/18	2023/7/19
曜	火	水	木	金	火	水
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	米粉パン★83	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★85
	こめ むぎ	スパゲッティシシリアン	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ
	麻婆豆腐	スパゲッティ★1	肉じゃが	夏野菜カレー	みそ汁	ベーコン★23
	豆腐	菜種油	豚肉	鶏肉	ミニ絹厚揚げ★14	たまねぎ
	豆乳	鶏肉	生姜	かぼちゃ	じゃがいも	とうもろこし
	難消化性デキストリン	なす	じゃがいも	なす	キャベツ	ほうれん草
	でん粉(とうもろこし)	玉ねぎ	にんじん	ピーマン	えのきたけ	鶏がらスープ★52
	豆腐用凝固剤	にんじん	たまねぎ	むき枝豆★17	葉ねぎ	塩
	リン酸カルシウム	セロリ	こんにゃく	トマト水煮★45	天祥みそ★42	白こしょう
	酸化防止剤	トマト水煮★45	干しいたけ	レンズ豆	いりこ(だし用)	でん粉★33
	ピロリン酸第二鉄	トマトケチャップ★44	むき枝豆★17	薄力粉	豚肉のマリネ	中華スープ★51
	大豆	赤ワイン	しょうゆ★34	菜種油	豚肉	白身魚のチリソース
	大豆	トマト	砂糖	カレー粉	菜種油	ほき角切り粉付
	豚肉	コンソメ★50	酒	ウスターソース★36	たまねぎ	ホキ
	にんにく	パプリカ(粉末)	みりん★43	しょうゆ★34	グリーンアスパラガス	でん粉(馬鈴薯)
	生姜	塩		生姜	にんじん	菜種油
	たまねぎ	白こしょう	きびなご カリカリフライ★5	にんにく	にんにく	根深ねぎ
	葉ねぎ	ほうれん草オムレツ	菜種油	カレーウ★31	オリーブ油	生姜
	干しいたけ	卵	きゅうりと わかめの酢の物	塩	純米酢(米)	にんにく
	赤みそ★41	植物油		白こしょう	塩	砂糖
	砂糖	塩	きゅうり	福神漬★65	白こしょう	しょうゆ★34
	しょうゆ★34	ほうれんそう	もやし	フルーツミックス	レモン汁	酒
	菜種油	でん粉発酵調味料(さつまいも)	わかめ	みかんレトルト★68	バジル	トマトケチャップ★44
	でん粉★33	食用卵殻粉	純米酢(米)	パイナップル★69	ピーマンのじゃこ和え	チリソース★49
	一味とうがらし	トレハロース	しょうゆ★34	黄桃レトルト★70	ピーマン	純米酢(米)
	豆板じゃん★48	加工でん粉(未公開)	砂糖	ダイゼリーマスカット★71	もやし	アスパラガスと 赤玉ねぎのサラダ
塩	卵・大豆	塩	ダイゼリーりんご★72	しらす干し	キャベツ	
焼きぎょうざ	菜種油	白ごま		うすくちしょうゆ★35	グリーンアスパラガス	
スクールぎょうざ★6	オレンジ			みりん★43	赤たまねぎ	
菜種油					オリーブ油	
チンゲン菜の オイスターソース炒め					純米酢(米)	
もやし					塩	
にんじん					白こしょう	
チンゲン菜					砂糖	
とうもろこし					冷凍黄桃	
オイスターソース★47					黄桃シロップ漬け	
ごま油					調味料	
白こしょう					もも	
塩					※オレンジ・キウイ	
					※りんご・バナナ	
					※大豆・セラチン	
エネルギー(kcal)	672	647	665	629	606	623
たんぱく質(g)	26.3	25.8	23.1	19.4	24.5	27.1
脂質(g)	21.4	20.9	20.0	14.4	19.6	21.7

平均 エネルギー:646kcal

たんぱく質:24.7g

脂質:20.7g

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