○　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	2023/8/28	2023/8/29	2023/8/30	2023/8/31	2023/9/1	2023/9/4	2023/9/5	2023/9/6	2023/9/7	2023/9/8	2023/9/11	2023/9/12
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★79	麦ご飯	麦ご飯	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	ほうれん草と	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	スパゲッティ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ
	家常豆腐	ベーコン入り	ベーコンのスープ	昆布と野菜の煮物	みそ汁	麻婆豆腐	さつま汁	ソース炒め	肉じゃが	ハヤシ	みそ汁	カレーうどん
	豚肉	トマトスープ	ベーコン★23	鶏肉	ミニ絹厚揚げ★14	豆腐★11	鶏肉	スパゲッティ★1	豚肉	豚肉	豆腐	うどん麺★2
	酒	ベーコン★23	白いんげん豆	にんじん	じゃがいも	大豆	さつまいも	豚肉	生姜	赤ワイン	豆乳	鶏肉
	しょうゆ★34	たまねぎ	ほうれん草	たまねぎ	水菜	豚肉	にんじん	生姜	じゃがいも	たまねぎ	難消化性デキストリン	油揚げ★12
	にんにく	トマト水煮★45	にんじん	こんにゃく	天拝みそ★42	にんにく	糸こんにゃく	しょうゆ★34	にんじん	にんじん	でん粉（とうもろこし）	かまぼこ★19
	生姜	トマト	コンソメ★50	じゃがいも	いりこ（だし用）	生姜	ごぼう	キャベツ	たまねぎ	ソテードオニオン	豆腐用凝固剤	たまねぎ
	絹厚揚げ	トマトケチャップ★44	塩	昆布	さばのかば焼き	たまねぎ	油揚げ★12	てんぷら★20	こんにゃく	たまねぎ	リン酸カルシウム	にんじん
	豆乳	パセリ	白こしょう	たけのこ	さば切身粉付き	葉ねぎ	根深ねぎ	もやし	干ししいたけ	大豆油	酸化防止剤	根深ねぎ
	デキストリン	コンソメ★50	ハンバーグ	むき枝豆★17	さば	干ししいたけ	米みそ★39	たまねぎ	むき枝豆★17	マッシュルーム★16	ピロリン酸第二鉄	カレールウ★31
	でん粉（コーン）	塩	デミソースかけ	しょうゆ★34	コーンスターチ	赤みそ★41	麦みそ★40	にんじん	しょうゆ★34	グリンピース	大豆	カレー粉
	ぶどう糖	白こしょう	ハンバーグ★8	砂糖	さば	砂糖	いりこ（だし用）	葉ねぎ	砂糖	トマト	なす	塩
	植物油脂	鶏肉の唐揚げ	菜種油	酒	※さけ・いか	しょうゆ★34	きびなご	菜種油	酒	トマトケチャップ★44	たまねぎ	しょうゆ★34
	豆腐用凝固剤	野菜あんかけ	たまねぎ	じゃこふりかけ	砂糖	菜種油	カリカリフライ★5	オイスターソース★47	みりん★43	薄力粉	えのきたけ	いりこ（だし用）
	酸化防止剤	鶏肉	赤ワイン	しらす干し	しょうゆ★34	でんぷん★33	菜種油	中濃ソース★37	いわし佃煮★64	菜種油	わかめ	玉子焼き
	ピロリン酸第二鉄	生姜	トマトケチャップ★44	鰹節	酒	一味とうがらし	オクラのごまみそ和え	ウスターソース★36	チンゲン菜の和え物	ハヤシルウ★30	天拝みそ★42	卵
	大豆	しょうゆ★34	デミグラスソース★46	きざみのり	白ごま	豆板じゃん★48	オクラ	塩	チンゲン菜	ウスターソース★36	いりこ（だし用）	しょうゆ
	大豆	酒	トマト	白ごま	菜種油	塩	もやし	青のり	とうもろこし	しょうゆ★34	あじのねぎソース	糖類
	たまねぎ	薄力粉	砂糖	ごま油	ひじきと大豆の炒め煮	コーンシュウマイ	わかめ	いかねぎ焼き	しょうゆ★34	塩	あじ切身粉付き	調味エキス（かつおぶし）
	たけのこ	でんぷん★33	塩	砂糖	芽ひじき	とうもろこし	みそだれ★55	スケソウダラ	白ごま	白こしょう	あじ	濃縮煮干しだし
	葉ねぎ	菜種油	白こしょう	しょうゆ★34	鶏肉	たまねぎ	ノンエッグマヨネーズ★56	イトヨリ	ごま油	ローリエ	でん粉（馬鈴薯）	塩
	干ししいたけ	パプリカ（赤）	ウスターソース★36	酒	大豆	でん粉（馬鈴薯）	みりん★43	いか		ウインナー★25	菜種油	小松菜
	酒	パプリカ（黄）	コーンソテー	アスパラガスサラダ	にんじん	植物性たん白	レモン汁	豚脂		菜種油	にんにく	えのき
	砂糖	えのきたけ	とうもろこし	きゅうり	むき枝豆★17	パン粉		ねぎ		花野菜サラダ	葉ねぎ	にんじん
	しょうゆ★34	葉ねぎ	豆乳バター★29	グリーンアスパラガス	しょうゆ★34	スケソウダラ		やまいも		カリフラワー	みりん★43	でん粉（コーンスターチ）
	赤みそ★41	しょうゆ★34	塩	キャベツ	みりん★43	豚脂		でん粉（馬鈴薯）		ブロッコリー	しょうゆ★34	ねぎ
	豆板じゃん★48	砂糖	一食りんごジャム	ノンエッグマヨネーズ★56	砂糖	豆腐		砂糖		とうもろこし	純米酢（米）	砂糖
	でんぷん★33	ナムル	食物繊維	りんご酢★38	いりこ（だし用）	砂糖		雑酒		オリーブ油	豆板じゃん★48	植物油脂
	中華炒め	もやし	りんご	塩	菜種油	塩		塩		純米酢（米）	ごま油	卵・大豆・小麦
	ビーフン（米）	にら	水あめ	白こしょう		みりん		調味料（アミノ酸）		塩	砂糖	野菜炒め
	ロースハム★22	にんじん	砂糖			焼酎		いか・豚肉・やまいも		白こしょう	切干大根の炒め煮	ベーコン★23
	もやし	しょうゆ★34	ペクチン			酵母エキスパウダー		菜種油			切干大根	キャベツ
	にんじん	白ごま	リンゴ酸等			小麦粉		冷凍みかん			油揚げ★12	もやし
	キャベツ	ごま油	香料			水あめ混合異性化液糖		温州みかん			絹さや	パプリカ（赤）
	塩	みりん★43	ビタミンC			加工でん粉（タピオカ）					菜種油	塩
	中華スープ★51	白こしょう	りんご			炭酸カルシウム					砂糖	白こしょう
	しょうゆ★34					ピロリン酸鉄					しょうゆ★34	うすくちしょうゆ★35
	菜種油					乳化剤						菜種油
	梨					豆腐用凝固剤						
						豚肉・小麦・大豆						
						※卵・乳						
						※えび・かに・ごま						
						海藻サラダ						
						きゅうり						
						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）	609	645	609	581	701	648	636	699	603	699	586	620
たんぱく質（g）	22.6	22.2	25.3	20.8	27.4	24.7	20.1	28.5	22.2	25.3	23.0	22.2
脂質（g）	16.8	24.9	25.0	16.8	24.7	19.6	19.8	22.1	14.9	27.4	17.1	19.0

日	2023/9/13	2023/9/14	2023/9/15	2023/9/19	2023/9/20	2023/9/21	2023/9/22	2023/9/25	2023/9/26	2023/9/27	2023/9/28	2023/9/29
曜	水	木	金	火	水	木	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	普通パン★79	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★85	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★79	麦ご飯	麦ご飯
	ポテトスープ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	豆乳チャウダー	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	ビーンズドッグの具	こめ　むぎ	こめ　むぎ
	ベーコン★23	厚揚げと野菜のうま煮	豚肉の甘みそ丼の具	チキンライスの具	ベーコン★23	肉団子汁	カレー	みそ汁	厚揚げと	牛肉	中華丼の具	すまし汁
	たまねぎ	鶏肉	豚肉	鶏肉	たまねぎ	肉団子★9	鶏肉	かぼちゃ	じゃが芋のうま煮	豚肉	豚肉	豆腐★11
	じゃがいも	菜種油	菜種油	オリーブ油	にんじん	ほうれん草	白ワイン	えのきたけ	豚肉	赤ワイン	生姜	たまねぎ
	にんじん	生姜	たまねぎ	たまねぎ	じゃがいも	にんじん	生姜	油揚げ★12	絹厚揚げ	大豆	しょうゆ★34	干ししいたけ
	エリンギ	絹厚揚げ	パプリカ（赤）	グリンピース	とうもろこし	干ししいたけ	にんにく	葉ねぎ	豆乳	レンズ豆	たまねぎ	わかめ
	白いんげん豆	豆乳	パプリカ（黄）	トマト	白ワイン	天拝みそ★42	たまねぎ	天拝みそ★42	デキストリン	たまねぎ	チンゲン菜	葉ねぎ
	コンソメ★50	デキストリン	干ししいたけ	トマトケチャップ★44	パセリ	いりこ（だし用）	にんじん	いりこ（だし用）	でん粉（コーン）	トマト	たけのこ	しょうゆ★34
	塩	でん粉（コーン）	天拝みそ★42	砂糖	無調整豆乳	酒	じゃがいも	ホキの	ぶどう糖	トマトケチャップ★44	にんじん	うすくちしょうゆ★35
	白こしょう	ぶどう糖	酒	塩	塩	さばの塩焼き	グリンピース	アーモンドがらめ	植物油脂	ウスターソース★36	しめじ	塩
	パセリ	植物油脂	砂糖	白こしょう	白こしょう	さば	レンズ豆	ほき角切り粉付き	豆腐用凝固剤	砂糖	いか	酒
	白身魚フライ	豆腐用凝固剤	でんぷん★33	パプリカ（粉末）	コンソメ★50	塩	薄力粉	ホキ	酸化防止剤	塩	中華スープ★51	昆布（だし用）
	タラフライ	酸化防止剤	けんちん汁	ひよこ豆のスープ	薄力粉	さば	菜種油	でん粉（馬鈴薯）	ピロリン酸第二鉄	白こしょう	しょうゆ★34	鰹節（だし用）
	スケソウタラ	ピロリン酸第二鉄	豆腐★11	ベーコン★23	豆乳バター★29	菜種油	カレー粉	菜種油	大豆	でんぷん★33	塩	いわしのおかか煮
	パン粉	大豆	油揚げ★12	にんじん	鶏肉とレバーの	切干大根のゆかり和え	カレールウ★31	砂糖	じゃがいも	コーンポタージュ	白こしょう	いわし
	小麦粉	ごぼう	しめじ	じゃがいも	ケチャップ煮	切干大根	ウスターソース★36	酒	こんにゃく	ベーコン★23	砂糖	砂糖
	加工でん粉（馬鈴薯）	じゃがいも	にんじん	レンズ豆	鶏肉	水菜	しょうゆ★34	しょうゆ★34	たまねぎ	ソテードオニオン	ごま油	しょうゆ
	乳化剤	にんじん	こんにゃく	キャベツ	でんぷん★33	とうもろこし	塩	みりん★43	むき枝豆★17	たまねぎ	でんぷん★33	本みりん
	増粘多糖類	たまねぎ	葉ねぎ	ひよこ豆	鶏肝タツタ★10	ゆかり★26	白こしょう	アーモンド	砂糖	大豆油	揚げ春巻き	でん粉（馬鈴薯）
	塩	干ししいたけ	塩	セロリ	菜種油		いかフライ	もやしの和え物	しょうゆ★34	じゃがいも	豚肉　にんじん	かつお節
	こしょう	むき枝豆★17	しょうゆ★34	コンソメ★50	砂糖		いか	小松菜	みりん★43	とうもろこし	たまねぎ　キャベツ	塩
	小麦	砂糖	いりこ（だし用）	塩	ウスターソース★36		パン粉	にんじん	酒	にんじん	植物油脂　豚脂	小麦・大豆
	菜種油	しょうゆ★34	ほうれん草の香り和え	白こしょう	トマトケチャップ★44		小麦粉	もやし	菜種油	塩	しょうゆ　小麦粉	里芋のそぼろ煮
	アスパラガスのソテー	みりん★43	ほうれん草	パセリ	生姜		でん粉（とうもろこし）	しょうゆ★34	なすの香味だれ	無調整豆乳	ショートニング	鶏肉
	鶏肉	酒	もやし	ほうれん草オムレツ	菜種油		植物性蛋白（大豆）	みりん★43	なす	豆乳バター★29	はるさめ	生姜
	キャベツ	マヨいりこ	もみのり★27	卵	りんご		菜種油		にんじん	薄力粉	でん粉（馬鈴薯）	菜種油
	グリーンアスパラガス	いりこ	しょうゆ★34	植物油脂			塩		純米酢（米）	コンソメ★50	しょうがペースト	さといも
	パプリカ（赤）	ノンエッグマヨネーズ★56	みりん★43	塩			こしょう		ごま油	コールスロー	ポークブイヨン	むき枝豆★17
	塩	砂糖		ほうれんそう			乳化剤		しょうゆ★34	キャベツ	ポークエキス	砂糖
	白こしょう	青のり		でん粉発酵調味料（さつまいも）			イーストフード		砂糖	パプリカ（黄）	発酵調味料	しょうゆ★34
	しょうゆ★34	菜種油		食用卵殻粉			ビタミンC		白ごま	りんご酢★38	酵母エキス	みりん★43
	菜種油	小松菜のアーモンド和え		トレハロース			リン酸カルシウム		オレンジ	サウザンアイランド	砂糖	昆布（だし用）
	一食角チーズ★58	小松菜		加工でん粉（未公開）			いか・小麦・大豆			ドレッシング	乾燥しいたけ	鰹節（だし用）
	（代）一食いりこ★60	もやし		卵・大豆			※えび・卵			食用植物油脂	たん白加水分解物	十五夜大福
		アーモンド		菜種油			※さば・ごま			醸造酢	香辛料	さつまいも
		しょうゆ★34					菜種油			水あめ	米粉　粉あめ	もち粉
		みりん★43					フルーツヨーグルト			砂糖	塩　ソルビトール	砂糖
		砂糖					みかんレトルト★68			トマトケチャップ	乳化剤　増粘剤	麦芽糖
							パインレトルト★69			ピクルス	クエン酸鉄ナトリウム	コーンスターチ
							黄桃レトルト★70			塩	小麦・大豆・豚肉	ブドウ糖果糖液糖
							ダイスゼリーマスカット★71			にんじんエキス	菜種油	なたね油
							プレーンヨーグルト★67			プルーン	昆布和え	還元麦芽糖
										酵母エキスパウダー	キャベツ	水あめ
										乳化剤	きゅうり	塩
										増粘剤	細切昆布佃煮	加工でん粉(もち米)
										香辛料抽出物	しょうゆ　砂糖	乳化剤
										ヨーグルト★77	昆布　水あめ	
										（代）ももゼリー★74	魚介エキス	
											米酢　寒天	
											小麦・大豆	
											みりん★43	
											しょうゆ★34	
エネルギー（kcal）	671	598	618	606	653	627	703	584	597	751	685	675
たんぱく質（g）	30.3	24.0	26.0	21.1	26.9	23.1	19.9	22.9	20.8	27.7	22.5	24.1
脂質（g）	27.0	16.4	18.9	18.9	26.4	22.1	21.3	15.4	15.6	29.0	26.0	17.8

平均　エネルギー：642kcal　たんぱく質：24.0g　　脂質：21.0ｇ

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