○　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、のりなどの海産物は、「えび」「かに」「いか」が生息している海域で採集しています

日	2024/2/1	2024/2/2	2024/2/5	2024/2/6	2024/2/7	2024/2/8	2024/2/9	2024/2/13	2024/2/14	2024/2/15
曜	木	金	月	火	水	木	金	火	水	木
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★79	わかめ麦ご飯	雑穀ご飯★90	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	豆乳クラムチャウダー	こめ　むぎ　わかめ	クワティ(豆のカレー)	こめ　むぎ	カレードッグの具	こめ　むぎ
	五目ご飯の具	がんもと野菜のうま煮	豚汁	韓国風肉じゃが	ベーコン★23	五目うどん	鶏肉	みそ汁	牛肉	厚揚げの煮物
	鶏肉	鶏肉	豚肉	豚肉	菜種油	うどん麺★2	生姜	里芋	豚肉	鶏肉
	菜種油	生姜	里芋	にんにく	あさり	鶏肉	にんにく	はくさい	レンズ豆	生姜
	しらす干し	がんもどき	だいこん	大豆	たまねぎ	ねぎ	酒	豆腐★11	にんにく	絹厚揚げ★13
	ごぼう	豆腐	にんじん	じゃがいも	にんじん	だいこん	たまねぎ	えのきたけ	たまねぎ	じゃがいも
	干ししいたけ	豆腐用凝固剤	えのきたけ	にんじん	じゃがいも	干ししいたけ	にんじん	ねぎ	大豆	にんじん
	にんじん	粉状大豆たん白	はくさい	たまねぎ　絹さや	とうもろこし	はくさい	大豆	天拝みそ★42	カレールウ★31	たまねぎ
	油揚げ★12	なたね油	豆腐★11	キムチ	白ワイン	にんじん	いんげん豆	いりこ(だし用)	カレー粉	こんにゃく
	砂糖	にんじん	こんにゃく	白菜	パセリ	てんぷら★20	じゃがいも	さばのごまソースかけ	ウスターソース★36	むき枝豆★17
	しょうゆ★34	でん粉(とうもろこし)	ねぎ	異性化液糖　醸造酢	無調整豆乳	しょうゆ★34	薄力粉	さば切身粉付	しょうゆ★34	しょうゆ★34
	みりん★43	米粉	米みそ★39	塩　唐辛子　にんにく	塩	塩	菜種油	さば	塩	砂糖
	昆布(だし用)	大豆	麦みそ★40	調味料(アミノ酸等)	白こしょう	酒	カレー粉	コーンスターチ	菜種油	みりん★43
	鰹節(だし用)	※ごま	いりこ(だし用)	酸味料　ビタミンB1	コンソメ★50	みりん★43	カレールウ★31	さば	でんぷん★33	酒
	じゃがもちのすまし汁	ごぼう	きびなご	着色料(パプリカ色素)	薄力粉	いりこ(だし用)	ウスターソース★36	※さけ・いか	ポトフ	玉子焼き
	じゃがもち★4	じゃがいも	カリカリフライ★5	魚醤(いわし)	豆乳バター★29	いわしのおかか煮	しょうゆ★34	菜種油	ポークウインナースライス★24	卵
	かまぼこ★19	にんじん	菜種油	砂糖	鶏肉とレバーの	いわし	塩	白ごま	じゃがいも	砂糖
	ほうれん草	玉ねぎ	ひじきと大豆の炒め煮	しょうゆ★34	ケチャップ煮	砂糖	モモ(ショーロンポオ)	ウスターソース★36	だいこん	しょうゆ
	しめじ	干ししいたけ	芽ひじき	いかねぎ焼き	鶏肉	しょうゆ	豚肉	砂糖	にんじん	糖類
	酒	むき枝豆★17	大豆	スケソウダラ　イトヨリ	でんぷん★33	本みりん	鶏肉	茎わかめの炒め煮	ほうれん草	かつおエキス
	塩	しょうゆ★34	さやいんげん	いか	鶏肝タツタ★10	でん粉(馬鈴薯)	キャベツ	豚肉	しめじ	濃縮煮干しだし
	うすくちしょうゆ★35	砂糖	てんぷら★20	豚脂	大豆	かつお節	たまねぎ	茎わかめ	コンソメ★50	塩
	昆布(だし用)	みりん★43	ごぼう	ねぎ	砂糖	塩	豚脂	ごぼう	塩	でん粉(とうもろこし)
	鰹節(だし用)	酒	砂糖	やまいも	ウスターソース★36	小麦・大豆	難消化性デキストリン	油揚げ★12	白こしょう	植物油脂
	コロッケ	いわし佃煮★64	しょうゆ★34	でん粉(馬鈴薯)	トマトケチャップ★44	ブロッコリーの	たけのこ	大豆	ローリエ	貝殻未焼成カルシウム(ホタテ)
	じゃがいも	ブロッコリーの	みりん★43	砂糖　雑酒　塩	生姜	ごま和え	はるさめ	にんじん	菜種油	卵・小麦・大豆
	豚肉	ごまみそ和え	菜種油	調味料(アミノ酸)	菜種油	ブロッコリー	しょうゆ	しょうゆ★34	アーモンドサラダ	切干大根の温サラダ
	玉ねぎ	ブロッコリー		いか・豚肉・やまいも	ポンカン	とうもろこし	でんぷん(とうもろこし)	酒	ブロッコリー	切干大根
	乾燥マッシュポテト	パプリカ(赤)		菜種油		白ごま	かきエキス調味料	砂糖	とうもろこし	しょうゆ★34
	豚脂	白ごま		ナムル		しょうゆ★34	砂糖	菜種油	アーモンド	菜種油
	パン粉	みそだれ★55		ほうれん草　もやし		みりん★43	おろししょうが		菜種油	きゅうり
	小麦粉	ノンエッグマヨネーズ★56		白ごま　ごま油		ヨーグルト★77	発酵調味料		純米酢(米)	ロースハム★22
	植物油脂	みりん★43		しょうゆ★34		(代)ぶどうゼリー★75	植物油脂		塩	純米酢(米)
	コーンフラワー	レモン汁		砂糖			塩		白こしょう	砂糖
	デキストリン	一食節分豆					香辛料		砂糖	塩
	還元水あめ	大豆					小麦粉			白こしょう
	でん粉(とうもろこし)	砂糖					小麦グルテン			
	砂糖	水飴					ピロリン酸第二鉄			
	塩	大豆					豚肉・鶏肉・大豆			
	香辛料	※落花生・カシューナッツ					小麦・ごま			
	炭酸カルシウム	※アーモンド					サーグタルカリ			
	ピロリン酸鉄	(代)一食さつまいも					(青菜のソテー)			
	豚肉・小麦・大豆	チップス					ほうれん草			
	※卵・乳	さつまいも					ターメリック			
	菜種油	砂糖					ターメリック			
		植物油脂					コンスターチ			
							塩			
							白こしょう			
							菜種油			
エネルギー(kcal)	662	673	637	647	697	668	672	667	653	675
たんぱく質(g)	21.6	27.1	22.4	25.1	30.4	26.3	23.2	25.5	27.8	26.0
脂質(g)	20.6	19.6	19.7	20.5	27.2	17.0	20.8	23.8	26.8	21.5

日	2024/2/16	2024/2/19	2024/2/20	2024/2/21	2024/2/22		2024/2/26	2024/2/27	2024/2/28	2024/2/29
曜	金	月	火	水	木		月	火	水	木
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★81	麦ご飯	五目きんぴら	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★85	麦ご飯
	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	ひじきスパゲッティ	こめ　むぎ	にんじん	こめ　むぎ	こめ　むぎ	ビーンズシチュー	こめ　むぎ
	ハヤシライス	おでん	すき焼き	スパゲッティ★1	だご汁	ごぼう	野菜スープ	家常豆腐	牛肉	高野豆腐の煮物
	牛肉	鶏肉	牛肉	鶏肉	豚肉	こんにゃく	ベーコン★23	豚肉	赤ワイン	高野豆腐★15
	赤ワイン	里芋	にんじん	菜種油	すいとん	しらす干し	ラビオリ	酒	大豆	鶏肉
	たまねぎ	てんぷら★20	はくさい	芽ひじき	小麦粉	干ししいたけ	小麦粉	しょうゆ★34	いんげん豆	たけのこ
	ソテードオニオン	こんにゃく	糸こんにゃく	油揚げ★12	でん粉(ばれいしょ)	大豆	鶏肉	にんにく	じゃがいも	にんじん
	たまねぎ	絹厚揚げ★13	焼き豆腐	しらす干し	小麦	菜種油	豚肉	たまねぎ	にんじん	干ししいたけ
	大豆油	だいこん	豆乳	酒	※大豆	砂糖	玉ねぎ	たけのこ	たまねぎ	むき枝豆★17
	にんじん	砂糖	加工でん粉(とうもろこし・もち米)	えのきたけ	ミニ絹厚揚げ★14	しょうゆ★34	パン粉	干ししいたけ	マッシュルーム★16	じゃがいも
	マッシュルーム★16	しょうゆ★34	豆腐用凝固剤	しめじ	だいこん	みりん★43	粒状植物性たん白	絹厚揚げ★13	ハヤシルウ★30	しょうゆ★34
	グリンピース	みりん★43	大豆	にんじん	白菜	塩	豚脂	大豆	トマト水煮★45	みりん★43
	トマト	鰹節(だし用)	※小麦・大豆	しょうゆ★34	里芋	白ごま	酵母エキス	ねぎ	トマト	酒
	トマトケチャップ★44	昆布(だし用)	※ゼラチン	塩	ねぎ	一味とうがらし	ポークエキス	生姜	トマトケチャップ★44	砂糖
	薄力粉	あじの塩焼き	根深ねぎ	砂糖	米みそ★39		塩	酒	砂糖	かつおフライ
	菜種油	あじ切身	砂糖	肉団子のケチャップ煮	麦みそ★40		砂糖	砂糖	塩	かつお
	ハヤシルウ★30	あじ	しょうゆ★34	肉団子★9	いりこ(だし用)		香辛料	赤みそ★41	白こしょう	加工でん粉(とうもろこし)
	ウスターソース★36	塩	酒	菜種油	チキンカツ		調味料(アミノ酸等)	豆板じゃん★48	ほうれん草オムレツ	調味料(アミノ酸等)
	しょうゆ★34	※さけ・さば・いか	えのきたけ	赤ワイン	鶏肉		加工デンプン(とうもろこし)	でんぷん★33	卵	パン粉
	塩	菜種油	菜種油	トマトケチャップ★44	パン粉		小麦・鶏肉	スクールぎょうさ★6	植物油脂	小麦粉
	白こしょう	もやしのごまみそ和え	野菜のアーモンド炒め	砂糖	コーンフラワー		豚肉・大豆	菜種油	塩	塩
	ローリエ	にんじん	もやし	キャベツと	小麦粉		キャベツ	中華炒め	ほうれんそう	乳化剤製剤
	ベーコンポテト	もやし	小松菜	コーンのサラダ	塩		えのきたけ	ビーフン(米)	でん粉発酵調味料(さつまいも)	増粘剤製剤
	ベーコン★23	白ごま	とうもろこし	キャベツ	植物油脂		にんじん	ロースハム★22	食用卵殻粉	小麦・大豆
	ナチュラルカットポテト	みそだれ★55	アーモンド	とうもろこし	砂糖		ソテードオニオン	もやし	トレハロース	※乳・卵
	じゃがいも	ノンエッグマヨネーズ★56	菜種油	レモン汁	でん粉(とうもろこし)		たまねぎ	にんじん	加工でん粉(未公開)	菜種油
	植物油脂	みりん★43	白こしょう	純米酢(米)	米粉		大豆油	キャベツ	卵・大豆	ほうれん草の香り和え
	菜種油	レモン汁	塩	塩	粉末状植物性たん白		パセリ	塩	菜種油	ほうれん草
	パセリ	一食しそひじき★62	中華スープ★51	白こしょう	脱脂大豆粉		コンソメ★50	中華スープ★51	りんご	もやし
	塩		りんご	砂糖	加工でん粉(とうもろこし・キャッサバ)		塩	しょうゆ★34		もみのり★27
	白こしょう			菜種油	増粘多糖類		白こしょう	菜種油		しょうゆ★34
	オレンジ				膨張剤		ハンバーグ			みりん★43
					乳化剤		デミソースかけ			
					小麦・大豆・鶏肉		ハンバーグ★8			
					菜種油		菜種油			
					さばみそホイル		たまねぎ			
					さば		赤ワイン			
					砂糖		トマトケチャップ★44			
					みそ		デミグラスソース★46			
					本みりん		トマト			
					米粉		砂糖			
					さば・大豆		塩			
							白こしょう			
							ウスターソース★36			
							ポテトサラダ			
							じゃがいも			
							とうもろこし			
							むき枝豆★17			
							ノンエッグマヨネーズ★56			
							りんご酢★38			
							塩			
							白こしょう			
エネルギー(kcal)	693	634	615	647	706		703	670	698	668
たんぱく質(g)	20.3	28.9	21.6	28.1	27.8		22.2	25.2	27.8	29.1
脂質(g)	25.1	18.3	19.6	23.2	21.4		25.3	21.2	30.6	20.3

平均　エネルギー:668kcal　たんぱく質:25.6g　　脂質:22.2g

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