

○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

	2024/6/3	2024/6/4	2024/6/5	2024/6/6	2024/6/7	2024/6/10	2024/6/11	2024/6/12	2024/6/13	2024/6/14
曜	月 麦ご飯	火 麦ご飯	水 米粉パン★83 オニオンスープ	木 麦ご飯	金 麦ご飯	月 麦ご飯	火 麦ご飯	水 キャロットパン★88 スパゲッティソース炒め	木 麦ご飯	金 麦ご飯
献立及材料	こめ むぎ	こめ むぎ	たまねぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	スバゲッティソース炒め	こめ むぎ	こめ むぎ
	鶏肉と厚揚げの煮物	みそ汁	ベーコン★22	春雨スープ	じゃが芋のそぼろ煮	厚揚げのみそ煮	豚じゃこ丼の具	スパゲッティ★1	かぼちゃ	豚肉
	鶏肉	ミニ絹厚揚げ★14	たまねぎ	緑豆春雨	鶏肉	豚肉	豚肉	豚肉	かぼちゃ	豚肉
	菜種油	キャベツ	ソテーオニオン	ローズハム★21	生姜	大豆	酒	生姜	たまねぎ	生姜
	生姜	えのきたけ	たまねぎ	酒 干しいたけ	菜種油	絹厚揚げ★13	たまねぎ	しょうゆ★33	えのきたけ	にんにく
	絹厚揚げ★13	ねぎ	大豆油	ほうれん草 ねぎ	じゃがいも	チンゲン菜	しらす干し	キャベツ	ミニ絹厚揚げ★14	レンズ豆
	たけのこ	天拝みそ★41	セロリ	鶏がらスープ★51	にんじん	にんじん	みりん★42	いか	ねぎ	たまねぎ
	じゃがいも	いりこ(だし用)	にんじん	うすくちしょうゆ★34	たまねぎ	たまねぎ	しょうゆ★33	もやし	天拝みそ★41	にんじん
	にんじん	ししゃもフライ	コンソメ★49	塩 白こしょう	こんにやく	さやいんげん	砂糖	たまねぎ	いりこ(だし用)	じゃがいも
	こんにやく	ししゃも	塩	豚肉のキムチ炒め	干しいたけ	干しいたけ	塩	にんじん	タラフライ	グリーンピース
	干しいたけ	パン粉	黒こしょう	豚肉 にんにく	さやいんげん	にんにく	けんちん汁	ねぎ	スケソウタラ	薄力粉
	むき枝豆★17	小麦粉	パセリ	生姜 酒	しょうゆ★33	米みそ★38	豆腐★11	菜種油	小麦粉	菜種油
	砂糖	大豆たんぱく	トマトオムレツ	たまねぎ にら	砂糖	砂糖	油揚げ★12	オイスターソース★46	小麥粉	カレー粉
	しょうゆ★33	コーンフラワー	卵	キャベツ にんじん	酒	みりん★42	しめじ	中濃ソース★36	加工でん粉(馬鈴薯)	カレールウ★30
	みりん★42	でん粉(小麦)	植物油脂	キムチ	みりん★42	酒	にんじん	ウスターソース★35	乳化剤	ウスターソース★35
	酒	塩	塩	白菜 異性化液糖	醸造酢 塩	味噌煮	豆板じゃん★47	こんにやく	塩	増粘多糖類
	いわしのおかか煮	小麦・大豆	トマトケチャップ	唐辛子 にんにく	調味料(アミノ酸等)	大豆	しょうゆ★33	ねぎ	青のり粉	塩
	いわし	菜種油	トマトビュレ	調味料(アミノ酸等)	酸味料 ビタミンB1	大粒 しょうゆ★32	ごま油	塩	ウインナー★24	こしょう
	砂糖	小松菜のアーモンド和え	鶏肉	着色料(パブリカ色素)	魚醤(いわし)	いりこ	菜種油	しょうゆ★33	オレンジ	小麦
	しょうゆ	小松菜	でん粉発酵調味料(さつまいも)	食用卵殻粉	しょうゆ★33	菜種油	玉子焼き	いりこ(だし用)		菜種油
	本みりん	もやし	加工でん粉(未公開)	トレハロース	しょうゆ★33	しょうゆ★33	卵	小松菜		こんにやくと
	でん粉(馬鈴薯)	アーモンド★78	卵・大豆・鶏肉	加工でん粉(未公開)	塩 砂糖	白ごま	しょうゆ	もやし		ごぼうの金平
	かつお節	しょうゆ★33	菜種油	芽ひじき	ごま油	花野菜サラダ	かつおエクス	しょうゆ★33		ごぼう
	塩	みりん★42	砂糖	ひじきふりかけ	ごま油	カリフラワー	濃縮煮干しだし	みりん★42		むき枝豆★17
	小麦・大豆	砂糖	アスパラガスのサラダ	芽ひじき	とうもろこし	ブロッコリー	植物油脂	白ごま		にんじん
	ゆかり和え		グリーンアスパラガス	しらす干し	白こしょう	りんご酢★37	りんご酢★37			菜種油
	きゅうり		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう	ノンエッグマヨネーズ★55	ひじきの煮物			砂糖
	キャベツ		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		れんこん水煮			しょうゆ★33
	ゆかり★25		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		れんこん			酒
乾燥カリカリ梅		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		ビタミンC			白ごま	
梅		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		クエン酸 塩			一味とうがらし	
塩		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		てんぷら★20				
赤しそ液		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		むき枝豆★17				
ぶどう糖		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		しょうゆ★33				
でん粉(馬鈴薯)		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		みりん★42				
昆布エキス		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		砂糖				
酵母エキス		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		菜種油				
デキストリン		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		一食味付のり				
酸味料		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		乾のり こんぶ				
炭酸カルシウム		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		いりこ				
塩		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		砂糖 塩				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		しょうゆ みりん				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		唐辛子				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		グルタミン酸ナトリウム				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		大豆・小麦				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		※ごま				
		アスパラガスのサラダ	しらす干し	白こしょう		※りんご・バナナ				
エネルギー (kcal)	674	618	574	657	638	692	577	731	631	674
たんぱく質 (g)	26.3	20.8	22.3	21.6	24.4	28.1	24.4	26.6	20.8	20.9
脂質 (g)	21.7	21.7	23.8	21.2	17.9	23.4	17.2	35.0	18.5	18.6

	2024/6/17	2024/6/18	2024/6/19	2024/6/20	2024/6/21	2024/6/24	2024/6/25	2024/6/26	2024/6/27	2024/6/28
曜	月 麦ご飯	火 しそ麦ご飯	水 普通パン★79	木 麦ご飯	金 麦ご飯	月 麦ご飯	火 麦ご飯	水 普通パン★79	木 麦ご飯	金 麦ご飯
献立 及 材 料	こめ むぎ ワンダンスープ	こめ むぎ しそ わかめうどん	カレードッグの具 牛肉	こめ むぎ みそ汁	こめ むぎ スヌイ汁	こめ むぎ 野菜たっぷりみそ汁	こめ むぎ 麻婆豆腐	豆乳クラムチャウダー	こめ むぎ 鶏こうじ汁	こめ むぎ コロコロ野菜の 肉みそ丼の具
	ローズハム★21	うどん麺★2	豚肉 大豆	豆腐★11	もずく	にんじん	豆腐★11	菜種油	鶏肉	豚肉
	もちやし	鶏肉	キャベツ	揚げ★12	えのきたけ	ごぼう	豚肉	あさり	ミニ絹厚揚げ★14	豚肉
	にら	わかめ	にんにく	キャベツ	ねぎ	もやし	にんにく	たまねぎ	ごぼう	酒
	にんじん	ねぎ	たまねぎ	えのきたけ	かまぼこ★19	キャベツ	生薑	にんじん	にんじん	にんにく
	ワントン★3	えのきたけ	とうもろこし	ねぎ	うすくちしょうゆ★34	豆腐★11	たまねぎ	じゃがいも	小松菜	大豆
	鶏がらスープ★51	しょうゆ★33	むき枝豆★17	天拝みそ★41	しょうゆ★33	ねぎ	ねぎ	とうもろこし	菜種油	とうもろこし
	しょうゆ★33	塩	トマト水煮★44	いりこ(だし用)	鰹節(だし用)	いりこ(だし用)	干しいたけ	白ワイン	鰹節(だし用)	たけのこ
	塩	酒	カレールウ★30	鶏肉とレバーの ケチャップ煮	昆布(だし用)	天拝みそ★41	パセリ	パセリ	昆布(だし用)	さやいんげん
	たらとナッツの揚げ煮	みりん★42	カレー粉	鶏肉	塩	鶏の照煮	砂糖	無調整豆乳	しょうゆ★33	にんじん
	たら角切り(粉付)	いりこ(だし用)	ウスターソース★35	鶏肉	ラフテー	鶏肉	しょうゆ★33	塩	うすくちしょうゆ★34	赤みそ★40
	スケソウダラ	さばのゆずみそ煮	しょうゆ★33	でん粉★32	豚肉	菜種油	菜種油	塩	塩	豆板じゃん★47
	馬鈴薯澱粉	さば	塩	鶏肝タツタ★10	菜種油	生薑	でん粉★32	コンソメ★49	酒	しょうゆ★33
	じゃがいも	砂糖	菜種油	砂糖	生薑	砂糖	一味とうがらし	薄力粉	塩	さばの塩焼き
	菜種油	みそ	でん粉★32	砂糖	砂糖	しょうゆ★33	豆板じゃん★47	豆乳バター★28	さば文化干し	みりん★42
	アーモンド★78	本みりん	野菜スープ	ウスターソース★35	しょうゆ★33	酒	塩	チキンカツ	さば	白ごま
	たまねぎ	ゆずペースト	ベーコン★22	トマトケチャップ★43	酒	みりん★42	コーンシュウマイ	鶏肉	塩	白ごま
	パプリカ(赤)	米粉	キャベツ	生薑	でん粉★32	でん粉★32	とうもろこし	植物油脂	さば	でん粉★32
	干しいたけ	塩	エリンギ	ブロッコリーのじゃこ和え	ゴーヤチャンプル	じゃがじゃこ	たまねぎ	小麦粉加工品	さば	すまし汁
	砂糖	さば・大豆	グリーンアスパラガス	ブロッコリー	ローズハム★21	じゃがいも	でん粉(馬鈴薯)	植物性たん白	菜種油	わかも
	みりん★42	厚揚げと野菜の炒め物	にんじん	しらす干し	豆腐★11	しらす干し	植物性たん白	パン粉	ブロccoliー	えのきたけ
	しょうゆ★33	もやし	コンソメ★49	しょうゆ★33	にがり	塩	パン粉	フライミックス粉	ブロccoliー	豆腐★11
	塩	チンゲン菜	塩	みりん★42	キャベツ	白ごま	スケソウダラ	塩	とうもろこし	ねぎ
	切干大根の即席漬け	ミニ絹厚揚げ★14	白こしょう	白ごま	にんじん	ごま油	豚脂	調味エキス	白ごま	酒
	切干大根	塩	オレンジ		菜種油	八女茶ムース	豆腐	香辛料	みそだれ★54	うすくちしょうゆ★34
	水晶昆布	砂糖			鰹節	加糖練乳	砂糖 塩	加工でんぶん(タピオカ)	ノンエッグマヨネーズ★55	昆布(だし用)
	昆布	しょうゆ★33			塩	加糖脱脂練乳	みりん	炭酸カルシウム	みりん★42	鰹節(だし用)
	醸造酢	オイスターソース★46			焼酎	脱脂粉乳	白こしょう	膨脹剤	レモン汁	塩
しょうゆ★33	菜種油			しょうゆ★33	クリーム	しょうゆ★33	酵母エキスパウダー		ポテトサラダ	
純米酢(米)	ファイバーヨーグルト★77			ごま油	水飴	ごま油	小麦粉		じゃがいも	
砂糖	(代)ぶどうゼリー★74			カットパイ	植物油脂	植物油脂	水あめ混合異性化液糖	鶏肉・大豆・小麦 ※えび・かに・卵・乳	むき枝豆★17	
白ごま				バイナッブルシロップ漬け	ほうれん草ペースト	ほうれん草ペースト	加工でん粉(タピオカ)	※えび・かに・卵・乳	ノンエッグマヨネーズ★55	
				酸味料	抹茶	抹茶	炭酸カルシウム	菜種油	りんご酢★37	
				※オレンジ・りんご・キウイ	塩	塩	ピロリン酸鉄	コールスロー	塩	
				※もも・バナナ	増粘多糖類	増粘多糖類	乳化剤	キャベツ	白こしょう	
				※大豆・セラチン	香料	香料	豆腐用凝固剤	パプリカ(赤)		
					乳化剤	乳化剤	豚肉・小麦・大豆	りんご酢★37		
					乳	乳	※卵・乳・えび	塩		
							※かに・ごま	白こしょう		
							いちご	砂糖		
							異性化液糖	オリーブ油		
							中華サラダ			
							茎わかめ			
							緑豆春雨			
							もやし			
							ツナ★18			
							白ごま			
							純米酢(米)			
							砂糖			
							ごま油			
							しょうゆ★33			
							一食いりこ★59			
エネルギー (kcal)	614	678	571	569	651	656	661	641	715	635
たんぱく質 (g)	25.4	24.3	23.4	24.2	26.4	23.7	26.8	27.7	27.0	22.4
脂質 (g)	15.1	18.9	23.3	15.8	22.3	19.1	19.2	25.9	31.2	21.6

加工品のアレルゲン ※コンタミネーション