

○ 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、いりに、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	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	火	水	木	金	月	火	水	木	金	
献立及び材料	麦ご飯 こめ むぎ 鶏肉と厚揚げの煮物 菜種油 生姜 絹厚揚げ★13 たけのこ じゃがいも にんじん こんにゃく 干しいたけ むき枝豆★17 砂糖 しょうゆ★33 みりん★42 酒 いわしのおかか煮 いわし 砂糖 しょうゆ 本みりん でん粉(馬鈴薯) かつお節 塩 小松菜 ゆかり和え きゅうり キャベツ ゆかり★25 乾燥カリカリ梅 梅 塩 赤しそ液 ぶどう糖 でん粉(馬鈴薯) 昆布エキス 酵母エキス デキストリン 酸味料 炭酸カルシウム 塩	麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 ミニ絹厚揚げ★14 キャベツ えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) ししゃもフライ ししゃも パン粉 小麦粉 大豆たんぱく コーンフラワー でん粉(小麦) 塩 菜種油 小松菜のアーモンド和え 小松菜 もやし アーモンド★78 しょうゆ★33 みりん★42 砂糖	米粉パン★83 オニオンスープ ベーコン★22 たまねぎ ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 セロリ にんじん コンソメ★49 塩 黒こしょう パセリ トマトオムレツ 卵 植物油 塩 トマトケチャップ たまねぎ トマトピューレ 鶏肉 でん粉発酵調味料(さつまいも) 食用卵殻粉 トレハロース 加工でん粉(未公開) 卵・大豆・鶏肉 菜種油 アスパラガスのサラダ キャベツ グリーンアスパラガス とうもろこし 菜種油 りんご酢★37 砂糖 塩 白こしょう	麦ご飯 こめ むぎ 春雨スープ 緑豆春雨 ロースハム★21 酒 干しいたけ ほうれん草 ねぎ 鶏がらスープ★51 うすちしょうゆ★34 塩 白こしょう 豚肉のキムチ炒め 豚肉 にんにく 生姜 酒 たまねぎ にら キャベツ にんじん キムチ 白菜 異性化液糖 醸造酢 塩 唐辛子 にんにく 調味料(アミノ酸等) 酸味料 ビタミンB1 着色料(パプリカ色素) 魚醤(いわし) しょうゆ★33 塩 砂糖 ごま油 ひじきふりかけ 芽ひじき しらす干し 白ごま ゆかり★25 しょうゆ★33 酒 砂糖 塩 豆乳プリンタルト 米粉 ショートニング 加工油脂 コーンフラワー 砂糖・ぶどう糖果糖液糖 植物油 大豆粉 水溶性食物繊維 小麦不使用しょうゆ 発酵調味料 加工でん粉(とうもろこし・キャッサバ) カラメル色素 炭酸カルシウム 増粘多糖類 乳化剤 ピロリン酸第二鉄 香料 増粘剤 安定剤 メタリン酸ナトリウム カロチノイド色素 大豆 ※もも ※りんご・バナナ	麦ご飯 こめ むぎ じゃが芋のそぼろ煮 鶏肉 生姜 菜種油 じゃがいも にんじん たまねぎ こんにゃく 干しいたけ さやいんげん しょうゆ★33 砂糖 酒 みりん★42 醤油 醤油 大豆 でん粉★32 いりこ 菜種油 砂糖 しょうゆ★33 白ごま 花野菜サラダ カリフラワー ブロッコリー とうもろこし 塩 白こしょう りんご酢★37 ノンエッグマヨネーズ★55	麦ご飯 こめ むぎ 厚揚げのみそ煮 豚肉 大豆 絹厚揚げ★13 チンゲン菜 にんじん たまねぎ さやいんげん 干しいたけ にんにく 米みそ★38 砂糖 みりん★42 酒 豆板じゃん★47 しょうゆ★33 ごま油 菜種油 玉子焼き 卵 しょうゆ 糖類 かつおエキス 濃縮煮干しだし 塩 でん粉(とうもろこし) 砂糖 植物油 貝殻未焼成カルシウム(ホタテ) 卵・大豆・小麦 ※ごま	麦ご飯 こめ むぎ 豚じゃこ丼の具 豚肉 酒 たまねぎ しらす干し みりん★42 しょうゆ★33 砂糖 塩 こんにゃく けんちん汁 豆腐★11 油揚げ★12 しめじ にんじん こんにゃく ねぎ 塩 ウインナー★24 オレンジ 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42 白ごま	キャロットパン★88 スパゲッティソース炒め スパゲッティ★1 かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ミニ絹厚揚げ★14 ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) にんじん タラフライ ねぎ 菜種油 オイスターソース★46 中濃ソース★36 ウスターソース★35 塩 青のり粉 ウインナー★24 オレンジ 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★33 みりん★42 白ごま	麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 かぼちゃ たまねぎ えのきたけ ミニ絹厚揚げ★14 ねぎ 天拝みそ★41 いりこ(だし用) じゃがいも タラフライ スケソウダラ パン粉 小麦粉 加工でん粉(馬鈴薯) 乳化剤 増粘多糖類 塩 こしょう 小麦 菜種油 ごぼうの金平 こんにゃく ごぼう むき枝豆★17 にんじん 菜種油 砂糖 しょうゆ★33 酒 白ごま 一味とうがらし	麦ご飯 こめ むぎ ポークカレー 豚肉 生姜 にんにく レンズ豆 たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース 薄力粉 菜種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★35 しょうゆ★33 塩 白こしょう 福神漬★64 フルーツヨーグルト みかんレトルト★67 バインレトルト★68 黄桃レトルト★69 ダイスゼリーマスカット★70 プレーンヨーグルト★66	
	エネルギー (kcal)	854	769	763	810	807	854	734	935	820	850
	たんぱく質 (g)	33.8	25.9	30.7	27.6	31.2	34.3	31.2	33.9	28.6	27.0
	脂質 (g)	28.5	27.6	30.4	26.4	23.7	29.3	22.8	43.5	24.5	24.5

日	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	火	水	木	金	月	火	水	木	金	
献立及び材料	麦ご飯 こめ むぎ ワンタンスープ ロースハム★21 もやし にら にんじん ワンタン★3 鶏がらスープ★51 しょうゆ★33 塩 たらとナッツの揚げ煮 たら角切り(粉付) スケソウダラ 馬鈴薯澱粉 じゃがいも 菜種油 アーモンド★78 たまねぎ パプリカ(赤) 干しいたけ 砂糖 みりん★42 しょうゆ★33 塩 切干大根の即席漬け 切干大根 水晶昆布 昆布 醸造酢 しょうゆ★33 純米酢(米) 砂糖 白ごま	しそ麦ご飯 こめ むぎ しそ わかめうどん うどん麺★2 鶏肉 わかめ ねぎ えのきたけ しょうゆ★33 塩 みりん★42 いりこ(だし用) さばのゆずみそ煮 さば 砂糖 みそ 本みりん ゆずペースト 米粉 塩 厚揚げと野菜の炒め物 もやし チンゲン菜 ミニ絹厚揚げ★14 塩 砂糖 しょうゆ★33 オイスターソース★46 菜種油 ファイバーヨーグルト★77 (代)ぶどうゼリー★74	普通パン★79 カレードッグの具 牛肉 豚肉 大豆 にんにく たまねぎ とうもろこし むき枝豆★17 トマト水煮★44 カレールウ★30 カレー粉 ウスターソース★35 しょうゆ★33 塩 菜種油 でん粉★32 砂糖 野菜スープ ベーコン★22 キャベツ エリンギ グリーンアスパラガス にんじん コンソメ★49 塩 白こしょう オレンジ	麦ご飯 こめ むぎ みそ汁 スライス汁 豆腐★11 油揚げ★12 キャベツ えのきたけ ねぎ かまぼこ★19 うすくちしょうゆ★34 しょうゆ★33 鰹節(だし用) 昆布(だし用) 塩 豆腐★11 鶏肝タツタ★10 菜種油 砂糖 ウスターソース★35 トマトケチャップ★43 生姜 ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 白ごま	麦ご飯 こめ むぎ スライス汁 もずく えのきたけ ねぎ かまぼこ★19 うすくちしょうゆ★34 しょうゆ★33 鰹節(だし用) 昆布(だし用) 塩 豆腐★11 鶏肝タツタ★10 菜種油 砂糖 ウスターソース★35 トマトケチャップ★43 生姜 ブロッコリーのじゃこ和え ブロッコリー しらす干し しょうゆ★33 みりん★42 白ごま	麦ご飯 こめ むぎ 野菜たっぷりみそ汁 にんじん ごぼう もやし キャベツ 豆腐★11 ねぎ いりこ(だし用) 天拝みそ★41 鶏の照煮 鶏肉 菜種油 生姜 砂糖 しょうゆ★33 酒 みりん★42 でん粉★32 じゃがじゃこ じゃがいも しらす干し 塩 白ごま ごま油 ハ女茶ムース 加糖練乳 加糖脱脂練乳 脱脂粉乳 クリーム 水飴 植物油 ほうれん草ペースト 抹茶 塩 増粘多糖類 香料 乳化剤 糖類 あまおういちごゼリー いちご 異性化液糖 水飴 粉末水飴 砂糖 増粘多糖類 酸化防止剤 酸味料	麦ご飯 こめ むぎ 麻婆豆腐 豆腐★11 豚肉 にんにく 生姜 たまねぎ じゃがいも とうもろこし ねぎ 干しいたけ 赤みそ★40 砂糖 しょうゆ★33 菜種油 塩 ごんシュウマイ とうもろこし たまねぎ でん粉(馬鈴薯) 植物性たん白 パン粉 スケソウダラ 豚脂 豆腐 砂糖 塩 みりん 焼酎 酵母エキスパウダー 小麦粉 水あめ混合異性化液糖 加工でん粉(タピオカ) 炭酸カルシウム ピロリン酸鉄 乳化剤 豆腐用凝固剤 豚肉・小麦・大豆 ※卵・乳・えび ※かに・ごま ※わかめと春雨の 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	普通パン★79 豆乳クラムチャウダー 鶏肉 菜種油 あさり たまねぎ にんじん 生姜 じゃがいも とうもろこし 白ワイン パセリ 無調整豆乳 塩 白こしょう コンソメ★49 薄力粉 豆乳バター★28 チキンカツ 鶏肉 植物油 小麦粉加工品 植物性たん白 パン粉 フライミックス粉 塩 調味エキス 香辛料 加工でんぶん(タピオカ) 炭酸カルシウム 膨脹剤 ピロリン酸鉄 乳化剤 鶏肉・大豆・小麦 ※えび・かに・卵・乳 ※かに・ごま オリーブ油	麦ご飯 こめ むぎ 鶏こぼ汁 ミニ絹厚揚げ★14 ごぼう にんじん 小松菜 菜種油 鰹節(だし用) 昆布(だし用) しょうゆ★33 うすくちしょうゆ★34 酒 塩 さばの塩焼き さば文化干し みりん★42 白ごま 菜種油 でん粉★32 すまし汁 わかめ えのきたけ 豆腐★11 ねぎ 酒 うすくちしょうゆ★34 昆布(だし用) 鰹節(だし用) 塩 ポテトサラダ じゃがいも むき枝豆★17 ノンエッグマヨネーズ★55 りんご酢★37 塩 白こしょう	麦ご飯 こめ むぎ コロコロ野菜の 肉みそ丼の具 豚肉 酒 にんにく 大豆 とうもろこし たけのこ さやいんげん にんじん 赤みそ★40 豆板じゃん★47 しょうゆ★33 砂糖 みりん★42 白ごま 菜種油 でん粉★32 すまし汁 わかめ えのきたけ 豆腐★11 ねぎ 酒 うすくちしょうゆ★34 昆布(だし用) 鰹節(だし用) 塩 ポテトサラダ じゃがいも むき枝豆★17 ノンエッグマヨネーズ★55 りんご酢★37 塩 白こしょう	
	エネルギー (kcal)	778	847	752	725	816	818	869	860	861	803
	たんぱく質 (g)	32.4	30.9	30.9	31.0	33.6	30.3	34.9	37.6	32.3	28.8
	脂質 (g)	20.2	24.9	30.7	21.2	29.0	24.8	26.6	34.6	36.4	28.1

平均 エネルギー:816kcal たんぱく質:31.3g 脂質:27.9g 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