

○ 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。

	2024/7/1	2024/7/2	2024/7/3	2024/7/4	2024/7/5	2024/7/8	2024/7/9
曜	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	チキンピラフ
	こめ むぎ	こめ むぎ	スパゲッティシリアン	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	アルファ化米(うるち米)
	厚揚げのそぼろ煮	ワンタンスープ	スパゲッティ★1	みそ汁	天の川汁	のっぺい汁	クリスタルライス(もち米)
	豚肉	ロースハム★21	菜種油	ミニ絹厚揚げ★14	星型☆	ミニ絹厚揚げ★14	白ワイン
	大豆	もやし	鶏肉	じゃがいも	小麦粉	にんじん	鶏肉
	生姜	にんじん	なす	キャベツ	小麦たんぱく	えのきたけ	オリーブ油
	絹厚揚げ★13	にんじん	玉ねぎ	えのきたけ	酸化防止剤	こんにゃく	たまねぎ
	じゃがいも	ワンタン★3	にんじん	ねぎ	小茶	ごぼう	にんじん
	にんじん	鶏がらスープ★51	セロリ	天拝みそ★41	魚めん	じゃがいも	とうもろこし
	たまねぎ	しょうゆ★33	トマト水煮★44	いりこ(だし用)	ねぎ	ねぎ	グリンピース
	むき枝豆★17	塩	トマトケチャップ★43	豚肉の甘辛焼き	発酵調味料	しょうゆ★33	コンソメ★49
	干しいたけ	白身魚のチリソース	赤ワイン	豚肉	水あめ 砂糖	うすくちしょうゆ★34	豆乳バター★28
	砂糖	ホキ角切り(粉付き)	トマト	酒	加工澱粉(キャッサバ)	塩	白こしょう
	しょうゆ★33	ホキ	コンソメ★49	砂糖	トレハロース	酒	塩
	酒	でん粉(馬鈴薯)	パプリカ	しょうゆ★33	※小麦・大豆・豚肉	昆布(だし用)	かぼちゃひき肉フライ
	みりん★42	菜種油	塩	にんにく	豆腐★11	鰹節(だし用)	かぼちゃ
	玉子焼き	ねぎ	白こしょう	塩	にんじん	さばみそホイル	豚肉
	卵	生姜	アーモンドサラダ	白こしょう	オクラ	さば	たまねぎ
	醤油	にんにく	キャベツ	菜種油	干しいたけ 塩	砂糖	豚脂
	糖類	砂糖	パプリカ(赤)	ビーマンのじゃこ和え	うすくちしょうゆ★34	みそ	粒状植物性たん白
	かつおエキス	しょうゆ★33	アーモンド★78	ビーマン	昆布(だし用)	本みりん	パン粉
	濃縮煮干しだし	酒	菜種油	もやし	鰹節(だし用)	米粉	でん粉(とうもろこし 大豆)
	食物繊維	トマトケチャップ★43	純米酢(米)	しらす干し	星のコロッケ	さば・大豆	小麦粉
	澱粉(とうもろこし)	純米酢(米)	塩	うすくちしょうゆ★34	じゃがいも	オクラとわかめの ごまサラダ	植物油脂
	砂糖	ブロッコリーの ごまみそ和え	白こしょう	みりん★42	たまねぎ		デキストリン
	塩	ブロッコリー	砂糖		鶏肉 豚肉	オクラ	砂糖
	植物油脂	オレンジ			豚脂 砂糖	もやし	しょうゆ
	卵・小麦・大豆	一食メープルシロップ			乾燥マッシュポテト	わかめ	発酵調味料
	切干大根の煮つけ	白ごま	食物繊維		食塩 香辛料	純米酢(米)	小麦グルテン酵素分解物
	切干大根	みそだれ★54	砂糖		酵母エキス	しょうゆ★33	ウスターソース
	油揚げ★12	ノンエッグマヨネーズ★55	メープルシュガー		パン粉 小麦粉	砂糖	香辛料
	グリーンアスパラガス	みりん★42	寒天		コーンフラワー	白ごま	加工デンプン(キャッサバ)
菜種油	レモン	香料		デキストリン	ごま油	加工デンプン(とうもろこし)	
砂糖	ももゼリー★73	着色料(カラメル)		植物油脂		アミノ酸	
しょうゆ★33		酸味料		還元水あめ		着色料	
				でん粉(とうもろこし)		豚肉・大豆・小麦・りんご	
				炭酸カルシウム		※えび・かに・卵・乳	
				ビロリン酸鉄		菜種油	
				調味料(無機塩)		ツナと野菜のソテー	
				鶏肉・豚肉・小麦		パプリカ(赤)	
				※卵・乳		キャベツ	
				菜種油		ツナ★18	
				ひじきと大豆の炒め煮		塩	
				鶏肉		白こしょう	
				芽ひじき		コンソメ★49	
				油揚げ★12		菜種油	
				大豆		ファイバーヨーグルト★77	
				グリーンアスパラガス		(代)ぶどうゼリー★74	
				ごぼう			
				しょうゆ★33			
				みりん★42			
				砂糖			
				菜種油			
エネルギー (kcal)	635	626	599	604	608	614	671
たんぱく質 (g)	24.0	24.1	22.8	25.3	20.4	26.3	24.5
脂質 (g)	20.1	16.5	19.1	19.4	18.8	17.4	21.6

[illegible]