

○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	2024/11/1	2024/11/5	2024/11/6	2024/11/7	2024/11/8	2024/11/11	2024/11/12	2024/11/13	2024/11/14	2024/11/15
曜	金	火	水	木	金	月	火	水	木	金
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	キャラットパン★88	麦ご飯	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ	秋野菜のシチュー	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	ポトフ	こめ むぎ	こめ むぎ
	具だくさんみそ汁	じゃが芋のカレー煮	鶏肉	みそ汁	厚揚げと大根の煮物	韓国風肉じゃが	スキージ	鶏肉	高野豆腐の煮物	チキンカレー
	じゃがいも	豚肉	菜種油	里芋	豚肉	豚肉	鶏肉	菜種油	鶏肉	菜種油
	にんじん	じゃがいも	白ワイン	はくさい	絹揚げ★13	にんにく	菜種油	じゃがいも	鶏肉	菜種油
	たまねぎ	にんじん	さつまいも	油揚げ★12	だいこん	大豆	さつまいも	だいこん	菜種油	生姜
	ごぼう	たまねぎ	たまねぎ	えのきたけ	にんじん	じゃがいも	たまねぎ	にんじん	じゃがいも	にんにく
	油揚げ★12	干しいたけ	にんじん	ねぎ	たまねぎ	にんじん	はくさい	キャベツ	にんじん	レンズ豆
	ねぎ	むき枝豆★17	しめじ	天拝みそ★41	しょうゆ★33	たまねぎ	ごぼう	セロリ	たけのこ	たまねぎ
	米みそ★38	砂糖	白いんげん豆	いりこ(だし用)	砂糖	むき枝豆★17	油揚げ★12	ソテードオニオン	干しいたけ	にんじん
	麦みそ★39	しょうゆ★33	無調整豆乳	さばのゆずソース	みりん★42	キムチ	ねぎ	たまねぎ	むき枝豆★17	じゃがいも
	いりこ(だし用)	カレー粉	塩	さば切身粉付	酒	白菜	米みそ★38	大豆油	しょうゆ★33	グリーンピース
	チキンカツ	酒	白こしょう	さば	五色揚げ煮	異性化液糖	麦みそ★39	コンソメ★49	みりん★42	薄力粉
	鶏肉	いわしの甘露煮	コンソメ★49	コーンスターチ	昆布	醸造酢	いりこ(だし用)	塩	酒	カレー粉
	植物油脂	いわし	豆乳バター★28	さば	菜種油	塩	まぐろメンチカツ	白こしょう	砂糖	カレー粉
	小麦粉加工品	砂糖	薄力粉	※さけ・ゆめ	大豆	唐辛子	びんながまぐろ	ローリエ	いわしのかぼすレモン煮	ウスターソース★35
	植物性たん白	しょうゆ	トマトオムレツ	菜種油	でん粉★32	にんにく	粒状植物性たん白	パセリ	いわし	しょうゆ★33
	パン粉	本みりん	卵	砂糖	いりこ	調味料(アミノ酸等)	たまねぎ	ハンバーグきのこソース	砂糖	塩
	フライミックス粉	でん粉(馬鈴薯)	植物油脂	うすくちしょうゆ★34	さつまいも	酸味料	パン粉	ハンバーグ★8	しょうゆ	白こしょう
	塩	グラニュー糖	塩	ゆず果汁	むき枝豆★17	着色料(バブリカ色素)	みりん	菜種油	かぼす果汁	福神漬★64
	調味エキス	糖蜜	トマトケチャップ	純米酢(米)	しょうゆ★33	ビタミンB1	植物油脂	たまねぎ	レモン	フルーツヨーグルト
	香辛料	塩	たまねぎ	五目きんぴら	酒	魚醤(いわし)	しょうゆ	エリンギ	還元水あめ	みかんレトルト★67
	加工でんぶん(タピオカ)	小麦・大豆	トマトビュレ	にんじん	砂糖	砂糖	砂糖	マッシュルーム★16	本みりん	パイナップル★68
	炭酸カルシウム	小松菜のアーモンド和え	鶏肉	ごぼう	りんご	しょうゆ★33	しょうが汁	トマトケチャップ★43	でん粉(馬鈴薯)	黄桃レトルト★69
	膨脹剤	小松菜	でん粉発酵調味料(さつまいも)	こんにやく		切干大根の煮つけ	はたてエキス	ウスターソース★35	レモン果汁	プレーンヨーグルト★66
	ピロリン酸鉄	もやし	食用卵殻粉	しらす干し		切干大根	塩	白ワイン	塩	
	乳化剤	アーモンド★78	トレハロース	干しいたけ		油揚げ★12	小麦粉	ハヤシルウ★29	小麦・大豆	
鶏肉・大豆・小麦	しょうゆ★33	加工でん粉(未公開)	大豆		グリーンアスパラガス	加工デンプン	砂糖	※オレンジ		
※えび・かに・卵・乳	みりん★42	卵・大豆・鶏肉	ごま油		菜種油	(キャッサバ・とうもろこし)	花野菜サラダ	ひじきと大豆の炒め煮		
菜種油	砂糖	菜種油	砂糖		砂糖	ドロマイト	カリフラワー	芽ひじき		
ツナと野菜のソテー		ツナサラダ	しょうゆ★33		しょうゆ★33	pH調整剤	ブロッコリー	油揚げ★12		
パプリカ(赤)		きゅうり	みりん★42		玉子焼き	硫酸カルシウム	とうもろこし	大豆		
とうもろこし		とうもろこし	白ごま		卵	ピロリン酸鉄	オリーブ油	とうもろこし		
キャベツ		ツナ★18	一味とうがらし		醤油	乳化剤	りんご酢★37	ごぼう		
ツナ★18		ノンエッグマヨネーズ★55			糖類	調味料(アミノ酸等)	塩	しょうゆ★33		
塩		白こしょう			かつおエキス	香料	白こしょう	みりん★42		
白こしょう		塩			濃縮煮干しだし	大豆・小麦	砂糖	砂糖		
コンソメ★49		りんご酢★37			食物繊維	※えび・卵・乳		菜種油		
菜種油		一食角チーズ★57			澱粉(とうもろこし)	菜種油				
		(代)一食いりこ★59			砂糖	きりざい				
					塩	だいこん				
					植物油脂	にんじん				
					卵・大豆・小麦	しそひじき★61				
					一食いりこ★59	しょうゆ★33				
						白ごま				
						一食納豆★65				

日	2024/11/18	2024/11/19	2024/11/20	2024/11/21	2024/11/22	2024/11/25	2024/11/26	2024/11/27	2024/11/28	2024/11/29
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★81	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	しそ麦ご飯	普通パン★79	麦ご飯	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ	あさり入り	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ しそ	うどん	こめ むぎ	こめ むぎ
	麻婆豆腐	吹き寄せご飯の具	トマトスパゲッティ	のっぺい汁	おでん	昆布と野菜の煮物	うどん	スケソウタ	白菜と肉団子のスープ	厚揚げのそぼろ煮
	豆腐	鶏肉	スパゲッティ★1	鶏肉	鶏肉	豚肉	うどん★2	パン粉	肉団子★9	豚肉
	豆乳	ごぼう	鶏肉	ミニ絹厚揚げ★14	里芋	にんじん	かまぼこ★19	小麦粉	はくさい	大豆
	難消化性デキストリン	干しいたけ	菜種油	にんじん	てんぷら★20	たまねぎ	干しいたけ	加工でん粉(馬鈴薯)	にんじん	生姜
	でん粉(とうもろこし)	にんじん	あさり	だいこん	こんにゃく	こんにゃく	しょうゆ★33	乳化剤	干しいたけ	絹厚揚げ★13
	豆腐用凝固剤	むき枝豆★17	にんにく	はくさい	絹厚揚げ★13	里芋	塩	増粘多糖類	たまねぎ	じゃがいも
	リン酸カルシウム	栗の甘露煮	白ワイン	こんにゃく	だいこん	昆布	酒	塩	ねぎ	にんじん
	酸化防止剤	くり	たまねぎ	ごぼう	砂糖	たけのこ	いりこ(だし用)	こしょう	鶏がらスープ★51	たまねぎ
	ピロリン酸第二鉄	砂糖	にんじん	里芋	しょうゆ★33	むき枝豆★17	鶏南うどんの具	小麦	中華スープ★50	むき枝豆★17
	大豆	ビタミンC	しめじ	ねぎ	みりん★42	しょうゆ★33	鶏肉	菜種油	しょうゆ★33	干しいたけ
	大豆	クチナシ黄色素	ほうれんそう	干しいたけ	鰹節(だし用)	砂糖	ごぼう	キャベツのサラダ	酒	砂糖
	豚肉	酒	トマト水煮★44	しょうゆ★33	昆布(だし用)	酒	ねぎ	キャベツ	塩	しょうゆ★33
	にんにく	しょうゆ★33	トマトケチャップ★43	うすくちしょうゆ★34	野菜のアーモンド炒め	さばの塩焼き	砂糖	とうもろこし	白こしょう	酒
	生姜	みりん★42	デミグラスソース★45	塩	もやし	さば	しょうゆ★33	ノンエッグマヨネーズ★55	大豆とレバーの揚げ煮	みりん★42
	たまねぎ	しらす干し	コンソメ★49	酒	パプリカ(赤)	塩	みりん★42	塩	鶏肝タツタ★10	ししゃもフライ
	にんじん	塩	塩	でん粉★32	小松菜	さば	カリフラワーの	白こしょう	菜種油	ししゃも
	ねぎ	いりこ(だし用)	白こしょう	昆布(だし用)	しめじ	菜種油	ごまみそ和え	レモン汁	大豆	パン粉
	干しいたけ	肉団子汁	クロック	鰹節(だし用)	とうもろこし	りんご	カリフラワー	ビーンズシチュー	でん粉★32	小麦粉
	赤みそ★40	肉団子★9	じゃがいも	きびなごサクサク揚げ	アーモンド★78		パプリカ(赤)	豚肉	鶏肉	大豆たんばく
	砂糖	ほうれん草	玉ねぎ	きびなご	菜種油		白ごま	赤ワイン	パプリカ(赤)	コーンフラワー
	しょうゆ★33	はくさい	豚肉	小麦粉	白こしょう		みそだれ★54	赤いんげん豆	しょうゆ★33	でん粉(小麦)
	菜種油	えのきたけ	乾燥マッシュポテト	植物性油脂	塩		ノンエッグマヨネーズ★55	大豆	砂糖	塩
	でん粉★32	天拝みそ★41	植物油脂	でんぶん(とうもろこし)	中華スープ★50		みりん★42	じゃがいも	みりん★42	小麦・大豆
	一味とうがらし	いりこ(だし用)	豚脂	しょうゆ	みかん		レモン汁	にんじん	生姜	菜種油
	豆板じゅん★47	酒	粉末しょうゆ	みりん				たまねぎ	さつまいも	ブロックリーの中華和え
	塩	さんまのおかか煮	塩	発酵調味料				マッシュルーム★16	アーモンドのサラダ	ブロックリー
	揚げ春巻き	さんま	酵母エキス	コーンフラワー				ハヤシルウ★29	さつまいも	パプリカ(赤)
	キャベツ	砂糖	香辛料	塩				トマト水煮★44	しらす干し	とうもろこし
	たまねぎ	しょうゆ	パン粉	砂糖				トマト	アーモンド★78	白ごま
	にんじん	みりん	小麦粉	植物性たん白				トマトケチャップ★43	ノンエッグマヨネーズ★55	純米酢(米)
	たけのこ	でん粉(馬鈴薯)	コーンフラワー	しょうが				砂糖	しょうゆ★33	しょうゆ★33
	にら にんにく	デキストリン	粉末しょうゆ	粉末しょうゆ				塩	レモン汁	ごま油
エリンギ	塩	還元水あめ	みそ				白こしょう		砂糖	
豚肉	小麦・大豆	でん粉(とうもろこし)	膨張剤							
春雨	さつまいも	砂糖	小麦・大豆							
ばれいしょでん粉	さつまいも	炭酸カルシウム	※えび・さば・ごま							
砂糖 しょうゆ	砂糖	調味料(無機塩)	菜種油							
粒状大豆たんばく	植物油脂	ピロリン酸鉄	茎わかめの炒め煮							
塩 こしょう	本みりん	豚肉・小麦・大豆	茎わかめ							
なたね油	ぶどう糖果糖液糖	※卵・乳	ローズハム★21							
小麦粉 米粉	水あめ	菜種油	大豆							
小麦・大豆・豚肉	塩	ごぼうサラダ	とうもろこし							
※えび・乳・卵・いか		ごぼう	しょうゆ★33							
※オレシジ・ごま		むき枝豆★17	酒							
※さけ・鶏肉		とうもろこし	砂糖							
菜種油		ごまドレッシング★53	菜種油							
海藻サラダ		うすくちしょうゆ★34								
きゅうり		白ごま								
だいこん										
海藻サラダ★27										
青じそドレッシング★52										
エネルギー (kcal)	868	795	846	783	793	827	726	843	841	846
たんぱく質 (g)	29.4	30.5	28.0	29.4	28.3	28.8	27.0	33.0	32.7	30.7
脂質 (g)	30.2	22.7	29.9	23.8	22.7	28.3	16.8	36.1	27.9	29.3

加工品のアレルゲン ※コンタミネーション