○　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

日	2025/3/3	2025/3/4	2025/3/5	2025/3/6	2025/3/7	2025/3/10	2025/3/11
曜	月	火	水	木	金	月	火
献立及び材料	**麦ご飯**	**赤飯**	**普通パン★79**	**麦ご飯**	卒業式	**麦ご飯**	**麦ご飯**
	こめ　むぎ	もち米	**コーンポタージュ**	こめ　むぎ		こめ　むぎ	こめ　むぎ
	ちらし寿司の具	うるち米	鶏肉	**厚揚げとじゃが芋のうま煮**		**ポテトスープ**	**じゃが芋のカレー煮**
	鶏肉	小豆	たまねぎ	豚肉		鶏肉	豚肉
	酒	ビタミンB1	とうもろこし	絹厚揚げ★13		たまねぎ	じゃがいも
	菜種油	**菜の花のお吸い物**	パセリ	じゃがいも		じゃがいも	にんじん
	にんじん	豆腐★11	塩	にんじん		にんじん	たまねぎ
	れんこん水煮	菜の花	無調整豆乳	たまねぎ		えのきたけ	干ししいたけ
	れんこん	**はんぺん**	豆乳バター★28	むき枝豆★17		白いんげん豆	むき枝豆★17
	ビタミンC	魚肉（イトヨリ・スケソウダラ）	薄力粉	砂糖		コンソメ★49	砂糖
	クエン酸	大豆油	コンソメ★49	しょうゆ★33		塩	しょうゆ★33
	塩	砂糖	**ハンバーグ ケチャップソース**	みりん★42		白こしょう	カレー粉
	ごぼう	とろろ		酒		パセリ	酒
	干ししいたけ	塩	ハンバーグ★8	菜種油		**ホキの大豆がらめ**	**筑紫野野菜の玉子焼き**
	いんげん	発酵調味液	菜種油	**いわしの梅みそ煮**		**ホキ角切（粉付）**	鶏卵
	白ごま	加工デンプン（キャッサバ）	トマトケチャップ★43	いわし		ホキ	醤油
	砂糖	調味料（アミノ酸等）	ウスターソース★35	砂糖		でん粉（馬鈴薯）	糖類
	しょうゆ★33	着色料	赤ワイン	みそ		菜種油	かつおエキス
	うすくちしょうゆ★34	乳化剤	砂糖	しそ抽出液		大豆	濃縮煮干しだし
	純米酢（米）	**やまいも・大豆**	でん粉★32	みりん		パプリカ（赤）	塩
	すまし汁	えのきたけ	**キャベツの ツナマヨサラダ**	梅肉		砂糖	人参
	わかめ	うすくちしょうゆ★34		米粉		しょうゆ★33	澱粉（とうもろこし）
	えのきたけ	塩	キャベツ	塩		酒	根深ねぎ
	かまぼこ★19	酒	とうもろこし	**大豆**		みりん★42	砂糖
	豆腐★11	鰹節（だし用）	ツナ★18	**小松菜のごま和え**		**厚揚げと野菜の炒め物**	植物油脂
	ねぎ	昆布（だし用）	むき枝豆★17	小松菜		もやし	貝殻未焼成カルシウム（ホタテ）
	酒	**塩から揚げ**	プルーン	もやし		チンゲン菜	**卵・小麦・大豆**
	うすくちしょうゆ★34	鶏肉	ノンエッグマヨネーズ★55	しょうゆ★33		ミニ絹厚揚げ★14	**野菜のアーモンド和え**
	昆布（だし用）	塩	レモン汁	みりん★42		塩	小松菜
	鰹節（だし用）	白こしょう	塩	白ごま		ベーコン★22	キャベツ
	塩	コリアンダー	白こしょう			砂糖	もやし
	あじフライ	でん粉★32				しょうゆ★33	アーモンド★78
	あじ	菜種油				オイスターソース★46	しょうゆ★33
	パン粉	**ブロッコリーのごまみそ和え**				菜種油	みりん★42
	塩	ブロッコリー					砂糖
	植物油脂	とうもろこし					
	加工デンプン（非公開）	白ごま					
	増粘剤	みそだれ★54					
	小麦	ノンエッグマヨネーズ★55					
	菜種油	みりん★42					
		レモン汁					
エネルギー (kcal)	773	761	778	837		763	750
たんぱく質 (g)	29.2	30.2	31.1	30.2		31.1	27.5
脂質 (g)	21.2	29.4	32.5	26.7		21.2	21.1

日	2025/3/12	2025/3/13	2025/3/14	2025/3/17	2025/3/18	2025/3/19	2025/3/21
曜	水	木	金	月	火	水	金
献立及び材料	**米粉パン★83**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**キャロットパン★88**	**麦ご飯**
	ちゃんぽんうどん	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	**スパゲッティナポリタン**	こめ　むぎ
	うどん麺★2	**みそ汁**	**チキンカレー**	**さつま汁**	**麻婆豆腐**	スパゲッティ★1	**肉団子のスープ**
	菜種油	ミニ絹厚揚げ★14	鶏肉	鶏肉	豆腐★11	鶏肉	肉団子★9
	豚肉	じゃがいも	菜種油	菜種油	大豆	たまねぎ	キャベツ
	生姜	はくさい	生姜	さつまいも	豚肉	にんじん	にんじん
	しょうゆ★33	えのきたけ	にんにく	はくさい	にんにく	マッシュルーム★16	えのきたけ
	酒	天拝みそ★41	レンズ豆	えのきたけ	生姜	トマト水煮★44	たまねぎ
	いか	いりこ（だし用）	たまねぎ	ミニ絹厚揚げ★14	たまねぎ	トマトケチャップ★43	鶏がらスープ★51
	てんぷら★20	**鶏の和風レモンソース煮**	にんじん	ねぎ	ねぎ	白ワイン	中華スープ★50
	キャベツ	鶏肉	じゃがいも	米みそ★38	干ししいたけ	コンソメ★49	しょうゆ★33
	チンゲン菜	菜種油	プルーン	麦みそ★39	赤みそ★40	塩	酒
	たまねぎ	しょうゆ★33	薄力粉	いりこ（だし用）	砂糖	白こしょう	塩
	もやし	砂糖	カレー粉	**さばのごまソースかけ**	しょうゆ★33	パセリ	白こしょう
	にんじん	レモン汁	カレールウ★30	**さば切身粉付**	菜種油	**オムレツ**	**レバーとさつまいもと ナッツの揚げ煮**
	ねぎ	白ワイン	ウスターソース★35	さば	でん粉★32	卵	鶏肝タツタ★10
	オイスターソース★46	でん粉★32	しょうゆ★33	コーンスターチ	一味とうがらし	植物油脂	菜種油
	ウスターソース★35	**彩り野菜のおかか炒め**	塩	**さば**	豆板じゃん★47	塩	さつまいも
	塩	小松菜	白こしょう	**※さけ・いか**	塩	でん粉発酵調味料（さつまいも）	鶏肉
	白こしょう	にんじん	**フルーツヨーグルト**	菜種油	**焼きぎょうざ**	食用卵殻粉	パプリカ（赤）
	鶏がらスープ★51	パプリカ（黄）	みかんレトルト★67	白ごま	スクールぎょうざ★6	トレハロース	アーモンド★78
	無調整豆乳	しらす干し	パインレトルト★68	ウスターソース★35	菜種油	加工でん粉（未公開）	しょうゆ★33
	コーンシュウマイ	鰹節	黄桃レトルト★69	砂糖	**中華炒め**	**卵・大豆**	砂糖
	とうもろこし	しょうゆ★33	ダイスゼリーマスカット★70	**にんじんの金平**	ビーフン（米）	菜種油	みりん★42
	たまねぎ	みりん★42	プレーンヨーグルト★66	こんにゃく	ロースハム★21	**コールスロー**	酒
	でん粉（馬鈴薯）	ごま油		にんじん	もやし	キャベツ	
	植物性たん白			むき枝豆★17	にんじん	とうもろこし	
	パン粉			菜種油	キャベツ	りんご酢★37	
	スケソウダラ			砂糖	塩	**サウザンアイランド ドレッシング**	
	豚脂			しょうゆ★33	中華スープ★50		
	豆腐			酒	しょうゆ★33	食用植物油脂	
	砂糖　塩			塩	菜種油	醸造酢	
	みりん			白ごま		水あめ	
	焼酎			一味とうがらし		砂糖	
	酵母エキスパウダー					トマトケチャップ	
	小麦粉					ピクルス	
	水あめ混合異性化液糖					塩	
	加工でん粉（タピオカ）					にんじんエキス	
	炭酸カルシウム					プルーン	
	ピロリン酸鉄					酵母エキスパウダー	
	乳化剤					乳化剤	
	豆腐用凝固剤					増粘剤	
	豚肉・小麦・大豆 ※卵・乳・えび・かに・ごま					香辛料抽出物	
	ブロッコリーサラダ						
	とうもろこし						
	ブロッコリー						
	オリーブ油						
	菜種油						
	りんご酢★37						
	塩						
	砂糖						
	白こしょう						
エネルギー (kcal)	791	769	763	759	816	830	766
たんぱく質 (g)	36.9	30.8	23.5	29.8	31.5	27.2	26.0
脂質 (g)	24.4	23.5	18.3	21.1	23.8	36.1	22.9

平均　エネルギー：781kcal　　たんぱく質：29.6g　　脂質：24.8g　　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