

○ 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	2025/4/8	2025/4/9	2025/4/10	2025/4/11	2025/4/14	2025/4/15	2025/4/16	2025/4/17
曜	火	水	木	金	月	火	水	木
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯		麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★84	麦ご飯
	こめ むぎ	こめ むぎ		こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	白いんげん豆のシチュー	こめ むぎ
	ハヤシ	魚めん汁		若竹汁	みそ汁	厚揚げとじゃが芋のうま煮		チキンカレー
	豚肉	魚めん		わかめ	絹厚揚げ★13	豚肉	肉団子★9	鶏肉
	赤ワイン	たら		えのきたけ	じゃがいも	絹厚揚げ★13	たまねぎ	菜種油
	たまねぎ	発酵調味料		たけのこ	小松菜		にんじん	生姜
	にんじん	水あめ		豆腐★11	えのきたけ	にんじん	じゃがいも	にんにく★17
	ソテードオニオン	砂糖		ねぎ	天拝みそ★41	たまねぎ	ほうれん草	たまねぎ
	たまねぎ	塩		酒	いりこ(だし用)	むぎ枝豆★16	塩	たまねぎ
	大豆油	加工澱粉(キャッサバ)		しょうゆ★32	さばのねぎソース	砂糖	白こしょう	にんじん
	マッシュルーム★15	トレハロース		昆布(だし用)	さば切身粉付	しょうゆ★32	無調整豆乳	じゃがいも
	グリーンピース	※小麦・大豆・豚肉		鰹節(だし用)	さば	みりん★42	豆乳バター★28	むぎ枝豆★16
	トマト	豆腐★11		塩	コンスターチ	酒	薄力粉	薄力粉
	トマトケチャップ★43	にんじん		いわしの甘露煮	さば	菜種油	コンソメ★49	菜種油
	薄力粉	ほうれん草		いわし	※さけ-いか	ししゃもフライ	豚肉のケチャップ煮	カレー粉
	菜種油	干しいたけ		砂糖	菜種油	からふとししゃも	豚肉	カレー粉
	ハヤシルウ★29	塩		しょうゆ	にんにく★17	パン粉	菜種油	ウスターソース★34
	ウスターソース★34	うすくちしょうゆ★33		みりん	ねぎ	打ち粉(小麦)	マッシュルーム★15	しょうゆ★32
	しょうゆ★32	昆布(だし用)		でん粉(馬鈴薯)	みりん★42	バターミックス	トマトケチャップ★43	塩
	塩	鰹節(だし用)		グラニュー糖	しょうゆ★32	小麦・大豆	ウスターソース★34	白こしょう
	白こしょう	豚肉の和風ソース		糖蜜	米酢★36	菜種油		フルーツミックス
	ローリエ	豚肉		塩	豆板じゃん★47	フロコリーのごま和え	塩	みかんレトルト★66
	フライドポテト	菜種油		小麦・大豆	ごま油	ブロコリー	しょうゆ★32	しょうゆ★32
	ナチュラルカットポテト	たまねぎ		春野菜の炒め物	砂糖	とうもろこし	赤ワイン	黄桃レトルト★68
	じゃがいも	赤ワイン		豚肉	さわかめの炒め煮	白ごま	レモンサラダ	アセロラジュレ★70
	食物油脂	しょうゆ★32		キャベツ	さわかめ	しょうゆ★32	キャベツ	
	菜種油	赤みそ★40		にんじん	ごぼう	みりん★42	グリーンアスパラガス	
	塩	すりおろしりんご		グリーンアスパラガス	豚肉		菜種油	
カラフルサラダ	りんご		塩	大豆		レモン汁		
キャベツ	香料		白こしょう	にんじん		りんご酢★37		
パプリカ(赤)	酸味料		菜種油	しょうゆ★32		塩		
ブロコリー	酸化防止剤		コンソメ★49	酒		白こしょう		
とうもろこし	りんご			砂糖		砂糖		
菜種油	生姜			いりこ(だし用)				
米酢★36	にんにく★17			菜種油				
砂糖	砂糖							
塩	レモン汁							
白こしょう	白ごま							
	粉ふき芋							
	じゃがいも							
	パセリ							
	塩							
	白こしょう							
エネルギー(kcal)	669	598		621	650	726	705	683
たんぱく質(g)	20.3	24.5		26.7	28.0	26.3	32.3	20.1
脂質(g)	22.2	17.1		21.6	21.2	25.8	31.3	17.1

入  
学  
式

日	2025/4/18	2025/4/21	2025/4/22	2025/4/23	2025/4/24	2025/4/25	2025/4/28	2025/4/30
曜	金	月	火	水	木	金	月	水
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	キャロットパン★87	麦ご飯	麦ご飯	しそ麦ご飯	普通パン★78
	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	スパゲッティミートソース	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ しそ	コーンポタージュ
	麻婆豆腐	春野菜のみそ汁	たけのこご飯の具	スパゲッティ★1	ざぶ汁	家常豆腐	うどん	鶏肉
	豆腐★11	豆腐★11	鶏肉	牛肉	絹厚揚げ★13	豚肉	うどん種★2	たまねぎ
	大豆	油揚げ★12	たけのこ	豚肉	うすくちまぼこ	酒	鶏肉	とうもろこし
	豚肉	キャベツ	にんじん	大豆	イトヨリ	しょうゆ★32	たまねぎ	にんじん
	にんにく★17	グリーンアスパラガス	干しいたけ	たまねぎ	すけそうだら	にんにく★17	わかめ	パセリ
	生姜	にんじん	むぎ枝豆★16	にんじん	でん粉(馬鈴薯)	生姜	干しいたけ	塩
	たまねぎ	天拝みそ★41	油揚げ★12	ソテードオニオン	砂糖	絹厚揚げ★13	しょうゆ★32	無調整豆乳
	にんじん	いりこ(だし用)	しょうゆ★32	たまねぎ	塩	大豆	塩	豆乳バター★28
	ねぎ	ハンバーグ	みりん★42	大豆油	本みりん	にんじん	酒	薄力粉
	干しいたけ	ケチャップソース	砂糖	マッシュルーム★15	着色料	たまねぎ	いりこ(だし用)	コンソメ★49
	赤みそ★40	ハンバーグ★8	肉団子汁	トマトケチャップ★43	調味料(アミノ酸)	たけのこ	きつねうどんの具	ホキフライ
	砂糖	菜種油	肉団子★9	トマト	かぼちゃ	ねぎ	油揚げ★12	ホキ
	しょうゆ★32	トマトケチャップ★43	ほうれん草	デミグラスソース★45	にんじん	干しいたけ	砂糖	パン粉
	菜種油	ウスターソース★34	しめじ	ウスターソース★34	じゃがいも	酒	しょうゆ★32	小麦粉
	でん粉★31	赤ワイン	たまねぎ	白こしょう	ごぼう	砂糖	酒	でん粉(とうもろこし)
	一味とうがらし	砂糖	しょうゆ★32	コンソメ★49	ねぎ	しょうゆ★32	人参とツナのごま炒め	塩
	豆板じゃん★47	でん粉★31	うすくちしょうゆ★33	パセリ	干しいたけ	赤みそ★40	にんじん	炭酸カルシウム
	塩	ポテトサラダ	いりこ(だし用)	塩	いりこ(だし用)	豆板じゃん★47	キャベツ	調味料(アミノ酸)
	海藻サラダ	じゃがいも	酒	花野菜サラダ	しょうゆ★32	でん粉★31	ツナ★18	ピロリン酸鉄
	きゅうり	とうもろこし	さわかめ	カリフラワー	チキン南蛮	さわかめのサラダ	にんにく★17	小麦・大豆
	もやし	むぎ枝豆★16	さわかめ	ブロコリー	鶏肉	さわかめ	白ごま	菜種油
	海藻サラダ★27	ノンエッグマヨネーズ★55	パン粉	とうもろこし	生姜	ブロコリー	塩	ほうれん草のソテー
	青じそドレッシング★52	りんご酢★37	小麦粉	菜種油	塩	キャベツ	しょうゆ★32	キャベツ
		塩	でん粉(とうもろこし)	りんご酢★37	酒	とうもろこし	白こしょう	ほうれん草
		白こしょう	植物性たん白(大豆)	塩	薄力粉	白ごま	菜種油	コンソメ★49
			植物性油脂(なたね)	白こしょう	でん粉★31	菜種油		塩
		塩	オレンジ	砂糖	菜種油		白こしょう	
		こしょう		米酢★36	米酢★36		菜種油	
		ピロリン酸第二鉄		うすくちしょうゆ★33	レモン汁			
		小麦・大豆		砂糖	塩			
		菜種油		切干大根の炒め煮	ごま油			
				切干大根	うすくちしょうゆ★33			
				油揚げ★12				
				むぎ枝豆★16				
				菜種油				
				砂糖				
				しょうゆ★32				
				一食ノンエッグマヨネーズ★55				
エネルギー(kcal)	625	671	619	631	717	635	585	596
たんぱく質(g)	25.1	22.2	24.2	23.1	25.3	23.9	21.2	26.9
脂質(g)	18.7	23.6	20.4	24.9	29.0	21.4	16.5	24.1