

○ 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	2026/4/8	2026/4/9	2026/4/13	2026/4/14	2026/4/15	2026/4/16	2026/4/17	2026/4/20
曜	水	木	月	火	水	木	金	月
献	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	しそ麦ご飯	胚芽パン★84	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
立	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ
及	ハヤシ	のっぺい汁	厚揚げとじゃが芋のうま煮	うどん	鶏肉	磯煮	チキンカレー	若竹汁
び	豚肉	絹揚げ★13	豚肉	うどん★2	じゃがいも	鶏肉	鶏肉	わかめ
材	豚レバー	にんじん	豚肉	うす切かまぼこ	たまねぎ	じゃがいも	生姜	うす切かまぼこ
料	赤ワイン	だいこん	絹揚げ★13	イトヨリ	ごぼう	にんじん	にんにく★17	イトヨリ
	たまねぎ	こんにゃく	じゃがいも	すけそうだら	にんじん	大豆	レンズ豆	すけそうだら
	にんじん	ごぼう	にんじん	でん粉(馬鈴薯)	キャベツ	こんにゃく	たまねぎ	でん粉(馬鈴薯)
	ソテーオニオン	里芋	たまねぎ	砂糖	グリーンアスパラガス	油揚げ★12	にんじん	砂糖
	たまねぎ	ねぎ	むき枝豆★16	塩	グリーンピース	干しいたけ	じゃがいも	塩
	大豆油	干しいたけ	砂糖	本みりん	コンソメ★49	茎わかめ	グリーンピース	本みりん
	マッシュルーム★15	しょうゆ★32	しょうゆ★32	着色料	塩	しょうゆ★32	しょうゆ★32	着色料
	グリーンピース	うすちししょうゆ★33	みりん★42	調味料(アミノ酸)	白こしょう	砂糖	菜種油	調味料(アミノ酸)
	トマト	塩	酒	干しいたけ	ローレル	菜種油	ローレル	えのきたけ
	トマトケチャップ★43	酒	いわしのかぼすレモン煮	ねぎ	菜種油	お魚ハンバーグ	カレー粉	えのきたけ
	薄力粉	でん粉★31	いわし	しょうゆ★32	肉団子のオーロラソース煮	あじ入りさんが	カレー粉★30	たけのこ
	菜種油	昆布(だし用)	砂糖	うすちししょうゆ★33	肉団子★9	あじ	ウスターソース★34	たまねぎ
	ハヤシルウ★29	鯉節(だし用)	しょうゆ	塩	菜種油	たまねぎ	しょうゆ★32	ねぎ
	ウスターソース★34	鶏の和風	かぼす果汁	酒	みりん★42	にんじん	白こしょう	しょうゆ★32
	しょうゆ★32	レモンソース煮	でん粉(馬鈴薯)	肉うどんの具	いりこ(だし用)	ねぎ	フルーツミックス	昆布(だし用)
	塩	鶏肉	本みりん		赤ワイン	ごぼう	みかんレトルト★66	鯉節(だし用)
	白こしょう	菜種油	レモンピール		ノンエッグマヨネーズ★55	たけのこ	パンレトルト★67	塩
	ローレル	しょうゆ★32	水あめ	牛	トマトケチャップ★43	粒状植物性たんぱく	黄桃レトルト★68	ハンバーグ
	フライドポテト	砂糖	レモン果汁	菜種油	砂糖	豚脂	アセロラジュレ★70	ケチャップソース
	ナチュラルカットポテト	レモン汁	塩	ごぼう	でん粉★31	粉末状植物性たんぱく		ハンバーグ★8
	じゃがいも	白ワイン	小松菜	たまねぎ	オレンジ	でん粉(馬鈴薯)		菜種油
	植物油	でん粉★31	ほうれん草の香り	砂糖	一食メープルゼリー	植物油		トマトケチャップ★43
	菜種油	菜の花のごま和え	もやし	しょうゆ★32	食物繊維	みそ		ウスターソース★34
	塩	菜の花	もやし	酒	砂糖	しょうゆ		赤ワイン
	パブリカサラダ	もやし	もみのり★26	人参とツナのごま炒め	メープルシュガー	砂糖		砂糖
	キャベツ	しょうゆ★32	しょうゆ★32	しょうゆ★32	寒天	塩		でん粉★31
	パブリカ(赤)	みりん★42	みりん★42	キャベツ	香料	香辛料		ポテトサラダ
	パブリカ(黄)	白ごま		ツナ★18	着色料	トレハロース		じゃがいも
	オリーブ油			にんにく★17	酸味料	貝カルシウム		とうもろこし
	純米酢★36			白ごま		香辛料抽出物		にんじん
	砂糖			塩		小麦・大豆・豚肉		ノンエッグマヨネーズ★55
	塩			しょうゆ★32		菜種油		りんご酢★37
	白こしょう			白こしょう		しょうゆ★32		塩
				菜種油		砂糖		白こしょう
						みりん★42		
						でん粉★31		
						ブロッコリーの ごまみそ和え		
						ブロッコリー		
						とうもろこし		
						白ごま		
						みそだれ★54		
						ノンエッグマヨネーズ★55		
						みりん★42		
						レモン汁		
エネルギー(kcal)	653	593	649	632	681	648	641	626
たんぱく質(g)	19.7	23.5	27.1	23.5	26.6	25.7	19.0	20.9
脂質(g)	22.0	19.0	19.4	18.4	28.2	20.7	15.1	21.3

日	2026/4/21	2026/4/22	2026/4/23	2026/4/24	2026/4/27	2026/4/28	2026/4/30
曜	火	水	木	金	月	火	木
献	麦ご飯	キャロットパン★87	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
立	こめむぎ	スパゲッティ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ
及	みそ汁	スパゲッティ★1	じゃが芋のカレー煮	煮ほうとう	みそ汁	たけのこ飯の具	麻婆豆腐
び	豆腐★11	牛肉	豚肉	鶏肉	絹揚げ★13	鶏肉	豆腐
材	小松菜	牛肉	じゃがいも	ほうとう	じゃがいも	たけのこ	豆乳
料	えのきたけ	豚肉	にんじん	小麦粉	もやし	にんじん	難消化性デキストリン
	ねぎ	大豆	たまねぎ	小麦	わかめ	干しいたけ	でん粉(とうもろこし)
	天拝みそ★41	たまねぎ	干しいたけ	油揚げ★12	ねぎ	むき枝豆★16	豆腐用凝固剤
	いりこ(だし用)	ソテーオニオン	むき枝豆★16	ごぼう	天拝みそ★41	しらす干し	リン酸カルシウム
	さばのゆずソース	たまねぎ	しょうゆ★32	しょうゆ★32	いりこ(だし用)	油揚げ★12	酸化防止剤
	さば切身粉付き	大豆油	カレー粉	塩	牛肉の生姜焼き	しょうゆ★32	ピロリン酸第二鉄
	さば	マッシュルーム★15	酒	いりこ(だし用)	牛肉	みりん★42	大豆
	でん粉(コーンスターチ)	トマトケチャップ★43	きびなご	ゼリーフライ	生姜	砂糖	大豆
	菜種油	トマト	カリカリフライ★5	おからパウダー	たまねぎ	菜の花のお吸い物	豚肉
	砂糖	デミグラスソース★45	菜種油	じゃがいも	しょうゆ★32	豆腐★11	にんにく★17
	うすちししょうゆ★33	ウスターソース★34	ひじきと大豆の炒め煮	マッシュポテト	酒	菜の花	生姜
	ゆず果汁	白こしょう	芽ひじき	小麦粉	みりん★42	わかめ	たまねぎ
	純米酢★36	コンソメ★49	大豆	人参	砂糖	えのきたけ	にんじん
	昆布和え	パセリ	とうもろこし	小麦・大豆	菜種油	うすちししょうゆ★33	ねぎ
	キャベツ	塩	ごぼう	春野菜の炒め物	牛肉	塩	干しいたけ
	きゅうり	野菜ソテー	しょうゆ★32	小松菜のふりかけ	生姜	酒	赤みそ★40
	昆布佃煮★61	ブロッコリー	みりん★42	小松菜 しらす干し	たまねぎ	キャベツ	砂糖
	みりん★42	キャベツ	砂糖	カリカリ梅	にんじん	鯉節(だし用)	しょうゆ★32
	しょうゆ★32	とうもろこし	菜種油	梅 塩 赤しそ液	塩	昆布(だし用)	菜種油
		コンソメ★49		ぶどう糖 酸味料	白こしょう	さわら	でん粉★31
		白こしょう		でん粉(馬鈴薯)	菜種油	小麦粉	一味唐辛子
		菜種油		昆布エキス	コンソメ★49	でん粉(とうもろこし)	豆板じゃん★47
		冷凍黄桃		酵母エキス		ベーキングパウダー	塩
		黄桃シロップ漬け		デキストリン		なたね油	焼き春巻き★7
		酸味料		炭酸カルシウム		小麦	菜種油
		もも		菜種油 白ごま		小麦	海藻サラダ
		※オレンジ・キウイ		塩 ごま油		あまおういちごゼリー	きゅうり
		※りんご・バナナ		一食ソース		いちご	もやし
		※大豆・セラチン		トマト ブルーン		異性化液糖	海藻サラダ★27
				りんご レモン		水飴	青じそドレッシング★52
				にんじん たまねぎ		粉末水飴	
				醸造酢		砂糖	
				ぶどう糖果糖液糖		増粘多糖類	
				砂糖 塩		酸化防止剤	
				でん粉(とうもろこし)		酸味料	
				酵母エキス			
				香辛料			
				りんご・大豆			
				梨ゼリー			
				なし果汁			
				ぶどう糖			
				果糖ぶどう糖液糖			
				果糖 砂糖			
				ゲル化剤			
				乳酸カルシウム			
				酸味料 香料			
				ビタミンC			
				クエン酸鉄ナトリウム			
エネルギー(kcal)	619	638	671	654	686	649	637
たんぱく質(g)	20.3	22.9	24.2	20.0	22.0	22.4	23.9
脂質(g)	23.1	23.9	21.2	18.1	30.4	22.2	20.8