

○ 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	2026/6/1	2026/6/2	2026/6/3	2026/6/4	2026/6/5	2026/6/8	2026/6/9	2026/6/10	2026/6/11	2026/6/12	2026/6/15
曜	月	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★80	しそ麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	キャロットパン★87	麦ご飯	麦ご飯	わかめ麦ご飯
	こめむぎ	こめむぎ	コーンポタージュ	こめむぎしそ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	ツナと野菜のスパゲッティ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎわかめ
	鶏ごぼ汁	麻婆豆腐	ベーコン★22	みそ汁	厚揚げの中華煮	豚汁	高野豆腐の煮物	高野豆腐★14	のっぺい汁	じゃが芋と厚揚げの	うどん★2
	平麺	豆腐	たまねぎ	絹厚揚げ★13	豚肉	豚肉	高野豆腐★14	スパゲッティ★1	鶏肉	じゃが芋と厚揚げの	うどん★2
	小麦粉	豆乳	とうもろこし	たまねぎ	酒	じゃがいも	鶏肉	ツナ★18	酒	豚肉	鶏肉
	小麦	難消化性デキストリン	にんじん	キャベツ	絹厚揚げ★13	にんじん	菜種油	酒	豆腐★11	酒	ねぎ
	鶏肉	でん粉(とうもろこし)	パセリ	えのき	生姜	小松菜	じゃがいも	たまねぎ	油揚げ★12	にんにく★17	だいこん
	酒	リン酸カルシウム	塩	にんじん	たまねぎ	ごぼう	たまねぎ	小松菜	にんじん	生姜	干しいたけ
	絹厚揚げ★13	リン酸カルシウム	大豆乳クリーム	ねぎ	たけのこ	絹厚揚げ★13	にんじん	グリーンアスパラガス	だいこん	絹厚揚げ★13	たまねぎ
	ごぼう	酸化防止剤	大豆	天祥みそ★41	キャベツ	こんにやく	ねぎ	たけのこ	こんにやく	じゃがいも	にんじん
	えのき	ピロリン酸第二鉄	大豆	いりこ(だし用)	にんじん	ねぎ	干しいたけ	干しいたけ	えのき	むき枝豆★16	しょうゆ★32
	にんじん	大豆	豆乳バター★28	儀助煮	干しいたけ	みみそ★38	しょうゆ★32	しょうゆ★32	ねぎ	オイスターソース★46	塩
	小松菜	大豆	薄力粉	大豆	チンゲン菜	みみそ★39	しょうゆ★32	しょうゆ★32	干しいたけ	砂糖	酒
	鰹節(だし用)	豚肉	コンソメ★49	でん粉★31	中華スープ★50	いりこ(だし用)	みりん★42	みりん★42	しょうゆ★32	うすくちしょうゆ★33	みりん★42
	昆布(だし用)	にんにく★17	トマトオムレツ	かえりいりこ	しょうゆ★32	お魚ハンバーグ	酒	白こしょう	うすくちしょうゆ★33	野菜炒め	さつまいもの
	しょうゆ★32	生姜	卵	かたくちいわし	塩	あじ	砂糖	白こしょう	うすくちしょうゆ★33	昆布(だし用)	さつまいもの
	うすくちしょうゆ★33	たまねぎ	植物油	塩	白こしょう	たまねぎ	きびなご	菜種油	手キンカツ	でん粉★31	さつまいもの
	塩	にんじん	塩	酸化防止剤	でん粉★31	にんじん	カリカリフライ★5	菜種油	鶏肉	昆布(だし用)	さつまいもの
	さばみそホイール	ねぎ	トマトケチャップ	菜種油	さつまいもの	ねぎ	菜種油	菜種油	小麦粉加工品	鰹節(だし用)	小麦粉
	さば	干しいたけ	たまねぎ	砂糖	かりんとうがらめ	ごぼう	しそひじきの	植物油	粉末状植物性たん白	いわしの梅煮	でん粉(小麦)
	砂糖	赤みそ★40	トマトピューレ	しょうゆ★32	さつまいも	たけのこ	ごまだれ和え	小麦粉加工品	パン粉	もやし	膨張剤
	みそ	しょうゆ★32	鶏肉	白ごま	塩	粒状植物性たんばく	しそひじき★60	パン粉	チキンエキス	いわし	着色料製剤
	本みりん	菜種油	でん粉発酵調味料(さつまいも)	発芽玄米入平つくね	菜種油	豚脂	ごぼう	小麦粉	塩	砂糖	塩
	米粉	菜種油	食用卵殻粉	鶏肉	砂糖	鶏肉	とうもろこし	加工でんぷん	梅肉	しょうゆ	なたね油
	さば・大豆	でん粉★31	トレハロース	パン粉	しょうゆ★32	でん粉(馬鈴薯)	ごまだれ和え	(キャッサバ・とうもろこし)	加工でんぷん	うすくちしょうゆ★33	パーム油
	ブロコリーのごま和え	一味とうがらし	加工でん粉(未公開)	粉末状大豆たん白	でん粉★31	植物油	一食味のり	小麦粉	加工でんぷん	菜種油	小麦
	ブロコリー	豆板じゃん★47	増粘剤	でん粉(キャッサバ、馬鈴薯)	わかめとじゃこの	みそ しょうゆ	乾のり	小麦粉	(キャッサバ・とうもろこし)	冷凍黄桃	※えび・卵・卵
	とうもろこし	塩	ピロリン酸鉄	たまねぎ	さつと煮	砂糖 塩 香辛料	こんぶ	加工	乾燥	黄桃シロップ漬	菜種油
白ごま	焼きぎょうざ	卵・大豆・鶏肉	豚脂	わかめ	トレハロース	いりこ	加工	乾燥	酸味料	小松菜のアーモンド和え	
しょうゆ★32	スクールぎょうざ★6	菜種油	発芽玄米	しらす干し	貝カルシウム	砂糖	ドロマイト	ドロマイト	※オレジン・キウイ	もやし	
みりん★42	菜種油	グリーンサラダ	砂糖	酒	香辛料抽出物	塩	ピロリン酸鉄	ピロリン酸鉄	※りんご・バナナ	アーモンド★77	
	海藻サラダ	ブロコリー	塩	みりん★42	小松菜・大豆・豚肉	しょうゆ	乳化剤	乳化剤	※大豆・セラチン	しょうゆ★32	
	きゅうり	きゅうり	酵母エキス	しょうゆ★32	菜種油 砂糖	みりん★42	調味料(アミノ酸)	調味料(アミノ酸)		みりん★42	
	もやし	グリーンアスパラガス	香辛料(ペパー ガーリック)	白ごま	しょうゆ★32	みりん★42	香料	香料		砂糖	
	海藻サラダ★27	菜種油	果糖ぶどう糖液糖	ごま油	みりん★42	でん粉★31	グルタミン酸ナトリウム	グルタミン酸ナトリウム			
	青じそドレッシング★52	りんご酢★37	こいくちしょうゆ		でん粉★31	切干大根の煮つけ	大豆・小麦	大豆・小麦			
		塩	発酵調味料		切干大根	切干大根	菜種油	オレジン			
		白こしょう	カツオブシエキス		えのき	えのき					
			しょうゆ調味料		パプリカ(赤)	パプリカ(赤)					
			加工でん粉(とうもろこし)		油揚げ★12	油揚げ★12					
			鶏肉・大豆・小麦・豚肉		むき枝豆★16	むき枝豆★16					
			※卵		菜種油 砂糖	菜種油 砂糖					
					しょうゆ★32	しょうゆ★32					
エネルギー(kcal)	622	657	600	618	682	624	660	643	615	653	639
たんぱく質(g)	29.1	26.5	21.2	26.1	21.2	25.4	25.9	24.5	24.5	26.7	22.8
脂質(g)	18.0	20.9	25.1	20.3	19.0	20.2	20.9	26.5	20.3	19.3	16.8

日	2026/6/16	2026/6/17	2026/6/18	2026/6/19	2026/6/22	2026/6/23	2026/6/24	2026/6/25	2026/6/26	2026/6/29	2026/6/30
曜	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月	火
献 立 及 び 材 料	麦ご飯	普通パン★78	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★78	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
	こめむぎ	鶏肉クラムチャウダー	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	ミネストローネ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ
	じゃが芋のそぼろ煮	豆腐	家常豆腐	ポークカレー	肉団子のスープ	もずく	ベーコン★22	具だくさんみそ汁	厚揚げとじゃが芋の	かしわご飯の具	豆腐★11
	豚肉	菜種油	豚肉	豚肉	肉団子★9	えのき	ラビオリ	じゃがいも	うま煮	鶏肉	豆腐★11
	生姜	あさり	酒	生姜	緑豆春雨	えのき	小麦粉 パン粉	にんじん	豚肉	ごぼう	たまねぎ
	じゃがいも	たまねぎ	しょうゆ★32	にんにく★17	大豆	かまぼこ★19	鶏肉 豚肉	たまねぎ	絹厚揚げ★13	干しいたけ	油揚げ★12
	にんじん	にんじん	にんにく★17	大豆	干しいたけ	ねぎ	玉ねぎ	ごぼう	じゃがいも	にんじん	わかめ
	たまねぎ	じゃがいも	生姜	たまねぎ	チンゲン菜	しょうゆ★32	粒状植物性たん白	えのき	にんじん	高野豆腐★14	ねぎ
	こんにやく	とうもろこし	絹厚揚げ★13	にんじん	にんじん	うすくちしょうゆ★33	豚脂	油揚げ★12	たまねぎ	砂糖	天祥みそ★41
	干しいたけ	白ワイン	大豆	じゃがいも	鶏がらスープ★51	昆布(だし用)	酵母エキス	ねぎ	むき枝豆★16	しょうゆ★32	いりこ(だし用)
	むき枝豆★16	パセリ	たまねぎ	グリーンピース	うすくちしょうゆ★33	鰹節(だし用)	ポークエキス	みみそ★38	砂糖	みりん★42	和風ハンバーグ
	しょうゆ★32	無調整豆乳	たけのこ	薄力粉	塩	塩	塩 砂糖 香辛料	みみそ★39	しょうゆ★32	みりん★42	ハンバーグ★8
	砂糖	豆乳クリーム	ねぎ	菜種油	白こしょう	ラフテー	調味料(アミノ酸等)	いりこ(だし用)	みりん★42	豆腐★11	菜種油
	酒	大豆	干しいたけ	カレー粉	鶏肉とレバーの	豚肉	加工でんぷん(とうもろこし)	さばの塩焼き	酒	油揚げ★12	しょうゆ★32
	みりん★42	大豆	酒	カレー粉	ケチャップ煮	生姜	小麦・鶏肉	さば文化干し	ごぼうのごまだれ和え	たけのこ	砂糖
	筑紫野菜の玉子焼き	白こしょう	砂糖	ウスターソース★34	鶏肉	砂糖	豚肉・大豆	さば	ごぼう	干しいたけ	みりん★42
	卵	コンソメ★49	しょうゆ★32	しょうゆ★32	でん粉★31	しょうゆ★32	たまねぎ にんじん	塩	ほうれん草	わかめ	でん粉★31
	醤油	薄力粉	赤みそ★40	塩	鶏肝タツタ★10	酒	キャベツ トマト パセリ	塩	とうもろこし	ねぎ	こんにやくと
	糖類	薄力粉★28	豆板じゃん★47	白こしょう	菜種油	でん粉★31	赤いんげんまめ	菜種油	白ごま	うすくちしょうゆ★33	ごぼうの金平
	かつおエキス	豆乳バター★28	でん粉★31	フルーツヨーグルト	砂糖	ゴーヤチャンプル	白いんげんまめ	アスパラガスのソテー	白ごま	うすくちしょうゆ★33	こんにやく
	濃縮煮干しだし	ホキフライ	コーンシウマイ	みかんレトルト★66	ウスターソース★34	ローズハム★21	トマト水煮★44	ベーコン★22	ごまだれ和え	うすくちしょうゆ★33	ごぼう
	塩	ホキ	とうもろこし	パイネレトルト★67	トマトケチャップ★43	豆腐★11	トマトケチャップ★43	キャベツ	ごまだれ和え	一食しそひじき★60	昆布(だし用)
	人参	パン粉	たまねぎ	黄桃レトルト★68	トマトケチャップ★43	にがうり	コンソメ★49	グリーンアスパラガス	ごまだれ和え	一食しそひじき★60	鰹節(だし用)
	アスパラガス	小麦粉	でん粉(馬鈴薯)	ダイズゼリーマスカット★69	アスパラガスの	キャベツ	塩 白こしょう	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ
	澱粉(とうもろこし)	小麦粉	でん粉(馬鈴薯)	ダイズゼリーマスカット★69	アスパラガスの	キャベツ	にんじん	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ
	砂糖	澱粉(とうもろこし)	粉末状植物性たん白	プレーンヨーグルト★65	アスパラガスの	キャベツ	にんじん	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ
	塩	塩	パン粉		グリーンアスパラガス	豚肉	菜種油	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ
	植物油	塩	炭酸カルシウム		キャベツ	豚肉	鰹節	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ
食物繊維	塩	調味料(アミノ酸)		とうもろこし	豚肉	塩	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
卵・小麦・大豆	塩	豆腐		ツナ★18	豚肉	白こしょう	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
ひじき	ひじきの煮物	ピロリン酸鉄		ノンエッグマヨネーズ★55	豚肉	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
れんこん	アスパラガスサラダ	塩		レモン汁	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
てんぷら★20	キャベツ	みりん		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
グリーンアスパラガス	グリナーアスパラガス	焼酎		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
パプリカ(赤)	グリナーアスパラガス	酵母エキスパウダー		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
しょうゆ★32	パプリカ(赤)	小麦粉		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
みりん★42	オリーブ油	水あめ混合異性化液糖		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
砂糖	純米酢★36	加工でん粉(タピオカ)		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
菜種油	塩	炭酸カルシウム		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
	白こしょう	ピロリン酸鉄		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
	菜種油	ピロリン酸鉄		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		乳化剤		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		豆腐用凝固剤		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		豚肉・小麦・大豆		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		中華炒め		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		ピーファン(米)		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		ローズハム★21		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		にんじん		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		もやし		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		グリーンアスパラガス		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		塩		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		中華スープ★50		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		しょうゆ★32		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
		菜種油		白こしょう	生姜	しょうゆ★32	塩	白こしょう	白こしょう	あじさく揚げ	
エネルギー(kcal)	605	635	671	658	635	634	629	654	620	634	627
たんぱく質(g)	22.6	27.6	24.5	21.2	24.9	26.3	22.3	21.3	22.7	27.0	22.6
脂質(g)	16.4	25.7	20.6	20.5	22.1	21.8	24.0	23.9	17.2	19.1	21.1

平均 エネルギー:637kcal たんぱく質:24.4g 脂質:20.9g 表示凡例 献立名 加工品名 加工品のアレルギー ※コンタミネーション