○　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	2026/11/2	2026/11/4	2026/11/5	2026/11/6	2026/11/9	2026/11/10	2026/11/11	2026/11/12	2026/11/13	2026/11/16
曜	月	水	木	金	月	火	水	木	金	月
献立及び材料	麦ご飯 こめ　むぎ 白菜と肉団子のスープ 肉団子★9 はくさい にんじん 干ししいたけ たまねぎ ねぎ 鶏がらスープ★51 中華スープ★50 しょうゆ★32 酒 塩 白こしょう レバーとさつまいもとナッツの揚げ煮 鶏肝タツタ★10 さつまいも 菜種油 鶏肉 パプリカ（赤） アーモンド★77 しょうゆ★32 砂糖 みりん★42 酒 ブロッコリーの中華サラダ ブロッコリー とうもろこし 白ごま 純米酢★36 しょうゆ★32 砂糖 ごま油	普通パン★78 秋野菜のシチュー 鶏肉 菜種油 白ワイン さつまいも たまねぎ にんじん しめじ とうもろこし 白いんげん豆 豆乳クリーム 大豆 **大豆** 無調整豆乳 塩 白こしょう いかフライ いか 塩 パン粉 小麦粉 でん粉（小麦） 加工デンプン（キャッサバ） グァーガム 酸味料（アミノ酸） 乳化剤 加工デンプン製剤（キャッサバ） **小麦・いか・大豆** **※卵・乳・えび** 菜種油 みかん	麦ご飯 こめ　むぎ オニオンスープ ベーコン★22 たまねぎ ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 セロリ にんじん コンソメ★49 塩 黒こしょう パセリ ハンバーグきのこソース ハンバーグ★8 菜種油 エリンギ マッシュルーム★15 トマトケチャップ★43 ウスターソース★34 白ワイン ハヤシルウ★29 砂糖 ポテトサラダ じゃがいも とうもろこし むき枝豆★16 ノンエッグマヨネーズ★55 りんご酢★37 塩 白こしょう アセロラゼリー★74	麦ご飯 こめ　むぎ おでん 鶏肉 里芋 てんぷら★20 こんにゃく 絹厚揚げ★13 だいこん 砂糖 しょうゆ★32 みりん★42 鰹節（だし用） 昆布（だし用） アーモンドいりこ かえりいりこ かたくちいわし 食塩 酸化防止剤 アーモンド★77 砂糖 しょうゆ★32 酒 カリフラワーのごまみそ和え カリフラワー パプリカ（赤） 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 一食有明のり 乾のり **※小麦　大豆**	麦ご飯 こめ　むぎ ざくざく（のっぺい汁） 絹厚揚げ★13 だいこん はくさい こんにゃく ごぼう 里芋 ねぎ 干ししいたけ しょうゆ★32 うすくちしょうゆ★33 塩 酒 でん粉★31 昆布（だし用） いりこ（だし用） ソースカツ ヒレカツ 豚肉 塩 ぶどう糖 加工でん粉（キャッサバ） パン粉 でん粉（とうもろこし） 大豆粉 植物油脂 増粘剤 pH調整剤 乳化剤 **小麦・大豆・豚肉** **※卵・鶏肉** 菜種油 ウスターソース★34 しょうゆ★32 みりん★42 砂糖 トマトケチャップ★43 いかにんじん するめいか 水晶昆布 昆布　醸造酢 にんじん しょうゆ★32 みりん★42 砂糖 酒 ももゼリー★72	麦ご飯 こめ　むぎ 厚揚げのみそ煮 豚肉 絹厚揚げ★13 チンゲン菜 里芋 あさり たまねぎ にんにく★17 米みそ★38 砂糖 しょうゆ★32 みりん★42 酒 豆板じゃん★47 しょうゆ★32 でん粉★31 菜種油 でん粉★31 五目きんぴら にんじん ごぼう こんにゃく 干ししいたけ 大豆 菜種油 砂糖 しょうゆ★32 みりん★42 白ごま ごま油 一味とうがらし	米粉パン★82 あさり入りトマトスパゲッティ スパゲッティ★1 鶏肉 菜種油 あさり にんにく★17 白ワイン たまねぎ しょうゆ★32 にんじん しめじ ほうれん草 宝満とまと トマト水煮★44 トマトケチャップ★43 デミグラスソース★45 コンソメ★49 塩 白こしょう オムレツ 卵 植物油脂 塩 でん粉発酵調味料（社外秘） 食用卵殻粉 加工でん粉（社外秘） 増粘剤 ピロリン酸鉄 **卵・大豆** 菜種油 花野菜サラダ カリフラワー ブロッコリー とうもろこし オリーブ油 りんご酢★37 塩 白こしょう 砂糖	麦ご飯 こめ　むぎ 磯煮 豚肉 大豆 ひじき じゃがいも にんじん 油揚げ★12 砂糖 しょうゆ★32 みりん★42 菜種油 小いわし梅の香揚げ いわし パン粉 小麦粉 加工米粉 梅肉パウダー 塩 **小麦** 菜種油 小松菜のアーモンド和え 小松菜 もやし しょうゆ★32 みりん★42 砂糖 アーモンド★77	麦ご飯 こめ　むぎ ビーンズカレー 豚肉 生姜 にんにく★17 酒 じゃがいも たまねぎ にんじん 大豆 赤いんげん豆 むき枝豆★16 薄力粉 菜種油 カレー粉 カレールウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 フルーツヨーグルト みかんレトルト★66 パインレトルト★67 黄桃レトルト★68 アセロラジュレ★70 プレーンヨーグルト★65	しそ麦ご飯 こめ　むぎ　しそ うどん うどん麺★2 鶏肉 かまぼこ★19 ねぎ しょうゆ★32 うすくちしょうゆ★33 塩 みりん★42 酒 いりこ（だし用） かき揚げ たまねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく 小麦粉 塩 粉末状植物性たんぱく パーム油 調味料（アミノ酸等） ベーキングパウダー カロチノイド色素 **小麦・大豆** **※えび** 菜種油 厚揚げと野菜の炒め物 もやし チンゲン菜 絹厚揚げ★13 塩 ベーコン★22 砂糖 しょうゆ★32 オイスターソース★46 菜種油
エネルギー（kcal）	658	608	690	642	637	596	633	655	654	613
たんぱく質（g）	24.0	22.9	21.0	27.2	20.4	20.3	28.3	27.0	21.9	19.0
脂質（g）	21.4	22.0	23.0	20.9	18.2	17.6	20.7	23.0	18.4	20.8

日	2026/11/17	2026/11/18	2026/11/19	2026/11/20	2026/11/24	2026/11/25	2026/11/26	2026/11/27	2026/11/30
曜	火	水	木	金	火	水	木	金	月
献立及び材料	麦ご飯 こめ　むぎ 豆腐のカレー煮 豆腐 豆乳 難消化性デキストリン でん粉（とうもろこし） 豆腐用凝固剤 リン酸カルシウム 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 **大豆** 豚肉 大豆 たまねぎ にんじん ねぎ 生姜 にんにく★17 菜種油 米みそ★38 砂糖 しょうゆ★32 カレー粉 酒 ごま油 塩 でん粉★31 中華炒め ビーフン（米） ロースハム★21 もやし パプリカ（赤） キャベツ 塩 中華スープ★50 しょうゆ★32 菜種油 りんご	普通パン★78 野菜スープ ラビオリ 小麦粉 鶏肉　豚肉 玉ねぎ　パン粉 粒状植物性たん白 豚脂　酵母エキス ポークエキス 塩　砂糖　香辛料 調味料（アミノ酸等） 加工デンプン（とうもろこし） **小麦・鶏肉** **豚肉・大豆** じゃがいも たまねぎ ほうれん草 にんじん コンソメ★49 塩 白こしょう 鶏肉と豆の照り煮 鶏肉 塩 でん粉★31 菜種油 大豆 赤いんげん豆 マーマレード 水あめ 砂糖 みかん　オレンジ なつみかん 酸味料 ゲル化剤（ペクチン） pH調整剤　香料 **オレンジ** トマトケチャップ★43 しょうゆ★32 おろし生姜 しょうが 酸化防止剤 pH調整剤 酒 純米酢★36 グリーンサラダ キャベツ グリーンアスパラガス セロリ 菜種油 りんご酢★37 砂糖 塩　白こしょう	麦ご飯 こめ　むぎ 吹き寄せご飯の具 鶏肉 ごぼう 干ししいたけ にんじん むき枝豆★16 栗の甘煮 くり 砂糖 ビタミンC クチナシ黄色素 酒 しょうゆ★32 みりん★42 いりこ（だし用） みそ汁 里芋 キャベツ 豆腐★11 えのきたけ ねぎ 天拝みそ★41 いりこ（だし用） さんまのみぞれ煮 さんま 大根 砂糖 しょうゆ でん粉（馬鈴薯） 本みりん 塩 **小麦・大豆** さつまポテト さつまいも 砂糖 植物油脂 本みりん ぶどう糖果糖液糖 水あめ 塩	麦ご飯 こめ　むぎ きのこの豆乳スープ ベーコン★22 たまねぎ さつまいも こまつ菜 えのきたけ しめじ エリンギ 豆乳クリーム 大豆 **大豆** 無調整豆乳 コンソメ★49 塩 白こしょう 鶏の和風レモンソース煮 鶏肉 菜種油 しょうゆ★32 砂糖 レモン汁 白ワイン でん粉★31 ほうれん草の和え物 ほうれん草 もやし ツナ★18 レモン汁 砂糖 しょうゆ★32 白ごま	麦ご飯 こめ　むぎ 家常豆腐 豚肉 酒 しょうゆ★32 にんにく★17 生姜 絹厚揚げ★13 大豆 たまねぎ たけのこ ねぎ 干ししいたけ 酒 砂糖 塩 白こしょう しょうゆ★32 赤みそ★40 豆板じゃん★47 でん粉★31 山口生姜の揚げ餃子 キャベツ 豚肉 豚脂 ニラ 生姜 でんぷん（馬鈴薯） 粉末状植物性蛋白 砂糖 酵母エキス ポークエキス 塩 オイスターソース こしょう 米粉餃子皮ミックス ソルビット 酒精 植物油脂 **豚肉・大豆** 菜種油 みかん	胚芽パン★84 カレースープ ポークウインナースライス★23 じゃがいも たまねぎ キャベツ しめじ パセリ 菜種油 コンソメ★49 しょうゆ★32 カレー粉 鶏がらスープ★51 塩 白こしょう ウスターソース★34 カレールウ★30 グリルチキン 鶏肉 菜種油 ソテードオニオン たまねぎ 大豆油 にんにく★17 すりおろしりんご りんご 香料 酸味料 酸化防止剤 **りんご** しょうゆ★32 みりん★42 米みそ★38 酒 ごま油 白ごま 枝豆（筑紫野市産） 枝豆 塩 一食アプリコットジャム あんず 水あめ 砂糖 濃縮レモン果汁 ゲル化剤（ペクチン） 酸味料	麦ご飯 こめ　むぎ 肉じゃが 豚肉 生姜 じゃがいも にんじん たまねぎ こんにゃく 干ししいたけ むき枝豆★16 しょうゆ★32 酒 みりん★42 筑紫野野菜の玉子焼き 卵 醤油 糖類 かつおエキス 濃縮煮干しだし 塩 人参 アスパラガス 澱粉（とうもろこし） 砂糖 塩 植物油脂 貝殻未焼成カルシウム（ホタテ） **卵・小麦・大豆** 切り干し大根の温サラダ 切干大根 しょうゆ★32 きゅうり ロースハム★21 純米酢★36 砂糖 塩 白こしょう 菜種油	麦ご飯 こめ　むぎ だご汁 鶏肉 ほうとう 小麦粉 **小麦** 絹厚揚げ★13 ごぼう だいこん じゃがいも ねぎ しょうゆ★32 塩 酒 いりこ（だし用） さんまのかぼすレモン煮 さんま 砂糖 しょうゆ かぼす果汁 レモン　水あめ 本みりん でん粉（馬鈴薯） 塩 **小麦・大豆** 小松菜のごま和え 小松菜 もやし しょうゆ★32 みりん★42 白ごま	麦ご飯 こめ　むぎ 豚汁 豚肉 じゃがいも だいこん 小松菜 生姜 豆腐★11 こんにゃく 米みそ★38 麦みそ★39 いりこ（だし用） さばのねぎソース さば切身粉付 さば でんぷん（コーンスターチ） **さば** 菜種油 にんにく★17 ねぎ みりん★42 しょうゆ★32 純米酢★36 豆板じゃん★47 ごま油 砂糖 ほうれん草と春菊の香り和え ほうれん草 しゅんぎく もみのり★26 しょうゆ★32 みりん★42
エネルギー（kcal）	600	656	675	604	651	618	603	596	645
たんぱく質（g）	22.1	28.7	24.6	24.0	22.0	27.1	22.8	23.6	21.7
脂質（g）	17.1	25.0	19.1	20.5	20.6	26.7	17.3	16.7	25.0

平均　エネルギー：633kcal　たんぱく質：23.6g　　脂質：20.7g

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**