

○ 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	2019/3/1	2019/3/4	2019/3/5	2019/3/6	2019/3/7	2019/3/8	2019/3/11
曜	金	月	火	水	木	金	月
献	麦ご飯	赤飯	ほうれん草の香りとえ	麦ご飯	普通パン★80	麦ご飯	麦ご飯
立	こめ むぎ	もち米	ほうれん草	こめ むぎ	豆乳クラムチャウダー	こめ むぎ	こめ むぎ
及	ちらし寿司の具	うるち米	もやし	カレー	鶏肉	昆布と野菜の煮物	中華丼の具
び	かまぼこ★17	小豆	もみのり★25	たまねぎ	菜種油	鶏肉	じゃがいも
材	にんじん	ビタミンB1	しょうゆ★32	にんじん	あさり	菜種油	にんじん
料	れんこん水煮	つみれ汁	本みりん★41	じゃがいも	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ
	れんこん	ふんわりじゃこ団子	ブルーベリータルト	ゆでレンズ豆★13	にんじん	たまねぎ	チンゲン菜
	ビタミンC	たら	砂糖	グリーンピース	じゃがいも	こんにやく	もやし
	クエン酸	ほき	米粉	生姜	とうもろこし	じゃがいも	たけのこ
	塩	豚脂	豆乳	にんにく	白ワイン	昆布	にんじん
	たけのこ	ほたるじゃこ	ショートニング	薄力粉	パセリ	たけのこ	てんぷら★18
	干しいたけ	豆あじ	水あめ	菜種油	無調整豆乳	絹さや	干しいたけ
	しらす干し	太刀魚	ブルーベリー果汁	カレー粉	塩	しょうゆ★32	いか
	砂糖	玉ねぎ	コーンフラワー	カレーパウダー★30	白こしょう	砂糖	中華スープ★47
	塩	魚肉エキス	植物油	ウスターソース★34	コンソメ★46	酒	しょうゆ★32
	淡口しょうゆ★33	調味料(アミノ酸等)	水溶性食物繊維	しょうゆ★32	米粉豆乳ホワイトルウ★31	さんまみぞれ煮★4	塩
	純米酢★35	塩	でん粉(とうもろこし)	塩	トマトオムレツ	小松菜の和え物	白こしょう
	だし汁(昆布・鰹節)	発酵調味料	調整豆乳粉末	白こしょう	鶏卵	小松菜	砂糖
	菜の花のお吸い物	砂糖	海藻カルシウム	ローストカツ	植物油	もやし	純正ごま油
	豆腐★9	加工でん粉(小麦)	発酵調味料	豚肉	植物油脂	しょうゆ★32	でん粉(馬鈴薯)
	菜の花	加工でん粉(キャッサバ)	こんやく加工品	大豆たん白	塩	本みりん★41	お豆腐しゅうまい
	花ひ	トレハロース	加工でん粉(キャッサバ)	塩	たまねぎ	鰹節	たまねぎ
	小麦粉	小麦・豚肉・大豆	ゲル化剤(増粘多糖類)	でん粉(とうもろこし)	トマトケチャップ		にんじん
	小麦たんぱく	※えび・かに	膨張剤	たん白加水分解物	たまねぎ		えだまめ
	ペニコウジ色素	にんじん	酸味料	パン粉	鶏肉		とうもろこし
	酸化防止剤	干しいたけ	香料	香辛料	でん粉発酵調味料(さつまいも)		豆腐
	小麦	えのきたけ	凝固剤	ぶどう糖	食用卵殻粉		魚肉すり身
	えのきたけ	たまねぎ	ピロリン酸第二鉄	加工デンプン(未公開)	トレハロース		なたね油
	淡口しょうゆ★33	葉ねぎ	増粘剤	調味料(アミノ酸等)	加工でん粉(未公開)		豆乳
	塩	酒	乳化剤	増粘多糖類	卵・大豆・鶏肉		粉末状大豆たん白
	酒	塩	大豆	菜種油	小麦・豚肉・セラチン		砂糖
	昆布(だし用)	淡口しょうゆ★33		赤いんげん豆のサラダ			塩
	鰹節(だし用)	鰹節(だし用)		赤いんげん豆			酵母エキス
	鯖の天ぷら	昆布(だし用)		ブロccoli			発酵調味料
	さわら	鶏の和風レモンソース煮		カリフラワー			ひじき
	小麦粉	鶏肉		りんご酢★36			黒こしょう
	でん粉(とうもろこし)	菜種油		きゅうり			加工でん粉(未公開)
	ベーキングパウダー	しょうゆ★32		オリーブ油			小麦粉
	塩	砂糖		レモン汁			還元でん粉分解物
	なたね油	でん粉(馬鈴薯)		純米酢★35			大豆・小麦
	小麦	レモン汁		塩			菜種油
	※えび・いか・さば	白ワイン		白こしょう			オレンジ
	※大豆・卵・ごま			砂糖			
	菜種油						
	一食ひなあられ						
	もち米						
	しょうゆ						
	砂糖						
	のり						
	小麦・大豆						
	※えび・ごま・りんご						
エネルギー(kcal)	674		661	722	668	670	639
たんぱく質(g)	22.3		27.5	21.0	29.1	27.1	22.2
脂質(g)	22.1		19.8	26.3	27.3	19.6	20.2

日	2019/3/12	2019/3/13	2019/3/14	2019/3/15	2019/3/18	2019/3/19	2019/3/20
曜	火	水	木	金	月	火	水
献	麦ご飯	胚芽食パン★86	麦ご飯		麦ご飯	麦ごはん	普通パン★80
立	こめ むぎ	スパゲティ★1	こめ むぎ		こめ むぎ	こめ むぎ	ツナサンドの具
及	厚揚げの	スパゲティ★1	みそ汁		さつま汁	ワンタンスープ	とうもろこし
び	オイスターソース煮	ベーコン★21	豆腐★9		鶏肉	ロースハム★20	たまねぎ
材	鶏肉	たまねぎ	じゃがいも		さつまいも	もやし	ツナ★14
料	菜種油	にんじん	わかめ		はくさい	にら	塩
	酒	マッシュルーム★15	油揚げ★10		ごぼう	ワンタン	コンソメ★46
	にんにく	トマト	葉ねぎ		油揚げ★10	小麦粉	白こしょう
	生姜	トマトケチャップ★42	大拌みそ★40		根深ねぎ	小麦たん白	菜種油
	絹厚揚げ★11	白ワイン	いりこ(だし用)		米みそ★37	野菜粉末(オニオン)	一食ノンエッグ
	じゃがいも	コンソメ★46	ハンバーグデミソースかけ		小麦みそ★38	塩	マヨネーズ★51
	にんじん	塩	ハンバーグ		いりこ(だし用)	小麦	春野菜のポトフ
	むぎ枝豆★16	白こしょう			ホキフライ	鶏からスープ★48	鶏肉
	オイスターソース★44	パセリ			ホキ	中華スープ★47	じゃがいも
	砂糖	きびなごフライ			パン粉	しょうゆ★32	ごぼう
	淡口しょうゆ★32	きびなご			小麦粉	塩	にんじん
	本みりん★41	パン粉			でん粉(とうもろこし)	鶏肉	キャベツ
	しらす入り厚焼玉子	粒状植物性たん白			塩	セロリー	
	鶏卵	ドロマイト			小麦・大豆	でん粉(馬鈴薯)	グリーンピース
	醤油	しょうゆ			※かに・卵・乳	菜種油	コンソメ★46
	砂糖	砂糖			菜種油	にんじん	塩
	ぶどう糖果糖液糖	チキンブイヨン			あさり入りひじきの炒め煮	たまねぎ	白こしょう
	カツオエキス	塩			長ひじき	干しいたけ	ローリエ
	煮干しエキス	加工でん粉(未公開)			てんぷら★18	たけのこ	菜種油
	鉄加工食品	クエン酸鉄ナトリウム			大豆	生姜	りんご
	しらす干し	キャベツ			にんじん	にんにく	
	でん粉(とうもろこし)	パプリカ(赤)			絹さや	酒	
	小松菜	レモン汁			しょうゆ★32	純米酢★35	
	塩	純米酢★35			本みりん★41	砂糖	
	植物油	塩			砂糖	塩	
	卵・小麦・大豆	白こしょう			だし汁(いりこ)	トマトケチャップ★42	
	わかめの酢の物	砂糖			菜種油	しょうゆ★32	
	きゅうり	オリーブ油			あさり	ブロccoliの	
	キャベツ					アーモンド和え	
	わかめ					ブロccoli	
	純米酢★35					パプリカ(赤)	
	淡口しょうゆ★33					アーモンド	
	砂糖					しょうゆ★32	
	塩					本みりん★41	
エネルギー(kcal)	671	652	632		725	619	663
たんぱく質(g)	27.6	24.5	23.6		25.7	22.4	28.2
脂質(g)	18.0	24.9	15.9		23.9	16.5	26.9

卒業式