○ 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	2019/4/9	2019/4/10	2019/4/12	2019/4/15	2019/4/16	2019/4/17	2019/4/18
曜	火	水	金	月	火	水	木
献立及び材料	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**わかめ麦ご飯**	**麦ご飯**	**胚芽パン★87**	**麦ご飯**
	こめ　むぎ	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
	厚揚げとじゃが芋のうま煮	**三平汁**	**麻婆豆腐**	わかめ	**みそ汁**	鶏肉	**チキンカレー**
	鶏肉	**たら角切**	豆腐★9	**うどん**	絹厚揚げ★11	**ラビオリ**	鶏肉
	絹厚揚げ★11	すけとうだら	豚肉	うどん麺★2	じゃがいも	小麦粉	生姜
	じゃがいも	**※さば・さけ・いか**	にんにく	鶏肉	たまねぎ	塩	にんにく
	にんじん	酒	生姜	たまねぎ	えのきたけ	鶏肉	ゆでレンズ豆★13
	たまねぎ	にんじん	たまねぎ	にんじん	葉ねぎ	豚肉	たまねぎ
	むき枝豆★17	だいこん	葉ねぎ	干ししいたけ	天拝みそ★43	玉ねぎ	にんじん
	砂糖	たまねぎ	干ししいたけ	しょうゆ★35	いりこ(だし用)	パン粉	じゃがいも
	しょうゆ★35	じゃがいも	赤みそ★42	塩	**あじの塩焼き**	粒状大豆たん白	グリンピース
	本みりん★44	豆腐★9	砂糖	酒	あじ	豚脂	薄力粉
	酒	根深ねぎ	しょうゆ★35	いりこ(だし用)	塩	酵母エキス	菜種油
	菜種油	米みそ★40	菜種油	**油揚げ**	菜種油	ポークエキス	カレー粉
	高菜のじゃこ炒め	麦みそ★41	でん粉(馬鈴薯)	油揚げ★10	**切干大根の煮つけ**	たん白加水分解物	カレールウ★33
	高菜漬	鰹節(だし用)	一味とうがらし	砂糖	切干大根	砂糖	ウスターソース★37
	高菜	昆布(だし用)	豆板じゃん★48	しょうゆ★35	にんじん	香辛料	しょうゆ★35
	アミノ酸液	**ザンギ**	塩	酒	むき枝豆★17	調味料(アミノ酸等)	塩
	塩	鶏肉	**中華炒め**	**ごぼうのごまだれ和え**	菜種油	加工デンプン(とうもろこし)	白こしょう
	酵母エキス	にんにく	ビーフン(米)	ごぼう	砂糖	**小麦・鶏肉**	**福神漬★30**
	酸味料	生姜	ロースハム★23	絹さや	しょうゆ★35	**豚肉・大豆**	**フルーツミックス**
	ウコン色素	しょうゆ★35	もやし	とうもろこし	だし汁(いりこ)	たまねぎ	**みかんレトルト**
	大豆	酒	にんじん	ごまドレッシング★53		にんじん	みかん
	たけのこ	薄力粉	チンゲン菜	**アセロラゼリー★78**		キャベツ	砂糖・ぶどう糖果糖液糖
	しらす干し	でん粉(馬鈴薯)	塩			ミックスビーンズ★14	酸味料
	純正ごま油	菜種油	中華スープ★50			トマト	乳酸カルシウム
	海藻サラダ	**アスパラガスとコーンのソテー**	しょうゆ★35			トマトケチャップ★45	ヘスペリジナーゼ
	きゅうり	とうもろこし	菜種油			にんにく	パインレトルト★68
	もやし	グリーンアスパラガス	**ニューサマーオレンジ**			パセリ	黄桃レトルト★69
	海藻サラダ★29	塩				コンソメ★49	
	青じそドレッシング★52	白こしょう				塩	
		コンソメ★49				白こしょう	
		菜種油				ナツメグ	
						オレガノ	
						ベーコンポテト	
						ベーコン★24	
						じゃがいも	
						菜種油	
						塩	
						白こしょう	
						ブロッコリーサラダ	
						ブロッコリー	
						とうもろこし	
						ノンエッグマヨネーズ★54	
						塩	
						白こしょう	
						りんご酢★39	
エネルギー(kcal)	641	652	651	621	596	643	656
たんぱく質(g)	26.1	27.1	25.0	21.3	24.2	23.7	18.5
脂質(g)	16.1	20.2	18.8	13.7	15.8	27.3	15.1

日	2019/4/19	2019/4/22	2019/4/23	2019/4/24	2019/4/25	2019/4/26
曜	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**普通パン★81**	**麦ご飯**	**麦ご飯**
	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
	新玉ねぎのスープ	**たけのこご飯の具**	**肉じゃが**	スパゲッティ★1	**魚そうめん汁**	**八宝菜**
	ベーコン★24	鶏肉	豚肉	豚肉	魚そうめん★21	鶏肉
	たまねぎ	たけのこ	生姜	大豆	ほうれん草	菜種油
	ソテードオニオン★55	にんじん	じゃがいも	たまねぎ	にんじん	**うす切かまぼこ**
	セロリ	干ししいたけ	にんじん	にんじん	干ししいたけ	イトヨリ
	えのきたけ	むき枝豆★17	たまねぎ	ソテードオニオン★55	万能ねぎ	すけそうだら
	コンソメ★49	しらす干し	こんにゃく	マッシュルーム★16	しょうゆ★35	でん粉(馬鈴薯)
	塩	しょうゆ★35	干ししいたけ	トマトケチャップ★45	酒	砂糖
	黒こしょう	本みりん★44	むき枝豆★17	トマト	塩	塩
	パセリ	砂糖	しょうゆ★35	マイルドデミソース★46	昆布(だし用)	本みりん
	ハンバーグのケチャップソース	**野菜たっぷりみそ汁**	砂糖	ウスターソース★37	鰹節(だし用)	着色料
	ハンバーグ	小松菜	酒	白こしょう	**きびなごカリカリフライ**	調味料(アミノ酸)
	鶏肉	ごぼう	本みりん★44	コンソメ★49	きびなご	生姜
	たまねぎ	だいこん	**さばの味噌煮**	パセリ	還元水飴	たまねぎ
	豚脂	キャベツ	さば	塩	たん白加水分解物	たけのこ
	粒状植物性たん白	豆腐★9	みそ	**ツナと野菜のソテー**	砂糖	チンゲン菜
	豚肉	いりこ(だし用)	砂糖	グリーンアスパラガス	しょうが	にんじん
	水溶性食物繊維	天拝みそ★43	発酵調味料	キャベツ	塩	干ししいたけ
	粉末状植物性たん白	**かぼちゃコロッケ**	でん粉(とうもろこし)	ツナ★15	発酵調味料	しめじ
	砂糖	かぼちゃ	でん粉(馬鈴薯)	塩	じゃがいも	中華スープ★50
	ぶどう糖	たまねぎ	**さば・大豆**	白こしょう	でん粉(コーンスターチ)	しょうゆ★35
	塩	ほうれん草	**ほうれん草の香り和え**	菜種油	でん粉(馬鈴薯)	塩
	酵母エキス	大根菜	ほうれんそう	**オレンジ**	米粉	白こしょう
	にんにくペースト	小松菜	もやし		オリーブオイル	でん粉(馬鈴薯)
	香辛料	豚肉	もみのり★28		イースト	**焼き餃子**
	しょうがペースト	マッシュポテト	しょうゆ★35		玄米粉	スクールぎょうざ★6
	加工デンプン(キャッサバ)	豆乳	本みりん★44		植物油脂	菜種油
	加工デンプン(とうもろこし)	白ワイン			酵母エキス	**春雨の酢の物**
	セルロース	砂糖			香辛料	緑豆春雨
	貝カルシウム	大豆油			なたね油	キャベツ
	ピロリン酸第二鉄	塩			パーム油	きゅうり
	大豆・鶏肉・豚肉	白こしょう			菜種油	パプリカ(赤)
	菜種油	パン粉			**たけのこの土佐煮**	純米酢★38
	トマトケチャップ★45	粉末状植物性たん白			たけのこ	砂糖
	ウスターソース★37	加工でんぷん(タピオカ)			しょうゆ★35	塩
	赤ワイン	加工でんぷん(パン粉)			砂糖	淡口しょうゆ★36
	砂糖	炭酸カルシウム			本みりん★44	
	でん粉(馬鈴薯)	乳化剤			菜種油	
	春キャベツとじゃこのソテー	ピロリン酸第二鉄			鰹節	
	もやし	**小麦・豚肉・大豆**			**一食しそひじき★63**	
	キャベツ	菜種油				
	にんじん					
	しらす干し					
	塩					
	白こしょう					
	菜種油					
エネルギー(kcal)	621	614	689	639	602	604
たんぱく質(g)	21.1	20.2	28.4	26.6	21.0	24.3
脂質(g)	19.4	19.2	20.5	19.8	16.7	14.2

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

平均　エネルギー:633kcal　　たんぱく質:23.6g　　脂質:18.2g