○　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	2019/5/7	2019/5/8	2019/5/9	2019/5/10	2019/5/13	2019/5/14	2019/5/15	2019/5/16	2019/5/17	2019/5/20
曜	火	水	木	金	月	火	水	木	金	月
献立及び材料	しそ麦ご飯	普通パン★81	麦ご飯	わかめ麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★81	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
	こめ　むぎ	野菜スープ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	豆乳クラムチャウダー	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ
	しそ	ベーコン★24	あさり入り麻婆豆腐	わかめ	つみれ汁	肉じゃが	鶏肉	みそ汁	ポークカレー	昆布と野菜の煮物
	若竹汁	キャベツ	豆腐★9	うどん	つみれ★22	鶏肉	あさり	絹厚揚げ★11	豚肉	鶏肉
	わかめ	エリンギ	豚肉	うどん麺★2	にんじん	じゃがいも	たまねぎ	じゃがいも	生姜	菜種油
	えのきたけ	グリーンアスパラガス	にんにく	うす切りかまぼこ	干ししいたけ	にんじん	にんじん	葉ねぎ	にんにく	にんじん
	たけのこ	にんじん	生姜	イトヨリ	えのきたけ	たまねぎ	じゃがいも	天拝みそ★43	ゆでレンズ豆★13	たまねぎ
	たまねぎ	セロリー	たまねぎ	すけそうだら	たまねぎ	糸こんにゃく	とうもろこし	いりこ（だし用）	たまねぎ	こんにゃく
	葉ねぎ	コンソメ★49	葉ねぎ	でん粉(馬鈴薯)	葉ねぎ	干ししいたけ	白ワイン	鰹と筍の煮物	にんじん	じゃがいも
	酒	塩	干ししいたけ	砂糖	酒	いんげん	パセリ	かつお角切り粉付き	じゃがいも	昆布
	しょうゆ★35	白こしょう	赤みそ★42	塩	淡口しょうゆ★36	しょうゆ★35	豆乳	かつお	グリンピース	たけのこ
	昆布（だし用）	鶏と大豆のケチャップ煮	砂糖	本みりん	塩	砂糖	塩	馬鈴薯でん粉	薄力粉	いんげん
	鰹節（だし用）	鶏肉	しょうゆ★35	着色料	鰹節（だし用）	酒	白こしょう	菜種油	菜種油	しょうゆ★35
	塩	菜種油	菜種油	調味料（アミノ酸）	昆布（だし用）	本みりん★44	コンソメ★49	にんじん	カレー粉	砂糖
	ヒレカツ	たまねぎ	でん粉（馬鈴薯）	干ししいたけ	鶏の照煮	菜種油	米粉豆乳ホワイトルウ★34	たけのこ	カレールウ★33	酒
	豚肉	大豆	一味とうがらし	葉ねぎ	鶏肉	いわしのおかか煮	ハムステーキの	絹さや	ウスターソース★37	いわし佃煮★65
	パン粉	トマトケチャップ★45	豆板じゃん★48	しょうゆ★35	菜種油	いわし	ケチャップソース	生姜	しょうゆ★35	豆腐のサラダ
	塩	ウスターソース★37	塩	淡口しょうゆ★36	生姜	砂糖	ハムステーキ	砂糖	塩	豆腐★9
	大豆粉	砂糖	あさり	塩	砂糖	しょうゆ	豚肉	しょうゆ★35	白こしょう	キャベツ
	香辛料	塩	春雨の中華和え	酒	しょうゆ★35	本みりん	しょうゆ	本みりん★44	かなぎ佃煮★62	とうもろこし
	砂糖	しょうゆ★35	緑豆春雨	本みりん★44	酒	でん粉（馬鈴薯）	豚脂	酒	フルーツミックス	アーモンド
	植物油脂	赤ワイン	キャベツ	いりこ（だし用）	本みりん★44	かつお節	粉あめ	もやしのごま和え	みかんレトルト★67	淡口しょうゆ★36
	加工でん粉（タピオカ）	ポテトサラダ	きゅうり	肉うどんの具	でん粉(馬鈴薯)	塩	砂糖	小松菜	パインレトルト★68	純米酢★38
	調味料（アミノ酸等）	じゃがいも	にんじん	豚肉	キャベツのゴマ酢和え	小麦・大豆	塩	もやし	黄桃レトルト★69	ごま油
	増粘多糖類	とうもろこし	純米酢★38	菜種油	もやし	海藻サラダ	香辛料	白ごま		塩
	小麦・大豆・豚肉	パセリ	砂糖	ごぼう	キャベツ	きゅうり	大豆油	しょうゆ★35		砂糖
	菜種油	ノンエッグマヨネーズ★ 54	塩	たまねぎ	とうもろこし	もやし	加工でん粉（キャッサバ）	本みりん★44		菜種油
	ほうれん草の和え物	りんご酢★39	ごま油	砂糖	純米酢★38	海藻サラダ★29	リン酸塩	砂糖		
	ほうれんそう	塩	淡口しょうゆ★36	しょうゆ★35	ごま油	青じそドレッシング★52	重曹			
	もやし	白こしょう	ニューサマーオレンジ	酒	白ごま		調味料（アミノ酸）			
	にんじん			小松菜のアーモンド和え	砂糖		発色剤			
	しょうゆ★35			小松菜	しょうゆ★35		小麦			
	本みりん★44			にんじん			大豆・豚肉			
	柏餅			もやし			菜種油			
	砂糖			しょうゆ★35			トマトケチャップ★45			
	小豆			本みりん★44			ウスターソース★37			
	還元麦芽糖水あめ			砂糖			赤ワイン			
	米粉			アーモンド			砂糖			
	麦芽糖			一食いりこ★61			でん粉（馬鈴薯）			
	加工でんぷん(キャッサバ)						グリーンサラダ			
	加工でんぷん(とうもろこし)						キャベツ			
	乳化剤						きゅうり			
	塩						ピーマン			
	大豆						菜種油			
							りんご酢★39			
							砂糖			
							塩			
							白こしょう			
エネルギー (kcal)	621	608	634	620	600	576	658	617	687	659
たんぱく質 (g)	21.3	24.7	23.8	25.5	25.5	21.4	29.9	27.3	20.6	26.0
脂質 (g)	16.3	26.0	17.3	17.3	17.6	11.6	26.1	16.3	17.6	18.4

日	2019/5/21	2019/5/22	2019/5/23	2019/5/24	2019/5/27	2019/5/28	2019/5/29	2019/5/30	2019/5/31
曜	火	水	木	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	麦ご飯	普通パン★81	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	ぶどうパン★83	麦ご飯	麦ご飯
	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	チキンとトマトの	こめ　むぎ	こめ　むぎ
	ツナそぼろ丼の具	ベーコン★24	厚揚げの味噌煮	ビーフン五目汁	みそ汁	厚揚げと野菜のうま煮	スパゲッティ	高野豆腐の煮物	トック
	ツナ★15	ラビオリ	豚肉	ビーフン(米)	じゃがいも	鶏肉	スパゲッティ★1	高野豆腐★12	トック
	生姜	小麦粉　塩　鶏肉	大豆	いか	たまねぎ	生姜	鶏肉	鶏肉	米粉
	にんじん	豚肉　玉ねぎ　パン粉	絹厚揚げ★11	酒	干ししいたけ	絹厚揚げ★11	たまねぎ	菜種油	塩
	菜種油	粒状大豆たん白　豚脂	チンゲン菜	干ししいたけ	豆腐★9	ごぼう	にんじん	たけのこ	加工でん粉（馬鈴薯）
	とうもろこし	酵母エキス　ポークエキス	にんじん	にんじん	葉ねぎ	じゃがいも	エリンギ	にんじん	酒精
	絹さや	たん白加水分解物	たまねぎ	チンゲン菜	天拝みそ★43	にんじん	トマト	干ししいたけ	干ししいたけ
	赤みそ★42	砂糖　香辛料	むき枝豆★17	鶏がらスープ★51	いりこ（だし用）	たまねぎ	トマトケチャップ★45	むき枝豆★17	たけのこ
	酒	調味料（アミノ酸等）	干ししいたけ	淡口しょうゆ★36	鯖のごまソースかけ	干ししいたけ	マイルドデミソース★46	じゃがいも	チンゲン菜
	しょうゆ★35	加工デンプン（とうもろこし）	にんにく	白こしょう	さば切身粉付き	むき枝豆★17	コンソメ★49	しょうゆ★35	わかめ
	砂糖	小麦・鶏肉	米みそ★40	塩	さば	砂糖	ウスターソース★37	本みりん★44	鶏がらスープ★51
	塩	豚肉・大豆	砂糖	肉団子の甘酢あん	コーンスターチ	しょうゆ★35	塩	酒	しょうゆ★35
	わかめ汁	たまねぎ	本みりん★44	肉団子	さば	本みりん★44	白こしょう	砂糖	塩
	わかめ	にんじん	酒	牛肉	菜種油	酒	菜種油	わかめのさっと煮	デジプルコギ
	えのきたけ	キャベツ	豆板じゃん★48	豚肉	白ごま	菜種油	ほうれん草	わかめ	豚肉
	豆腐★9	ミックスビーンズ★14	しょうゆ★35	玉ねぎ	ウスターソース★37	もやしのじゃこ和え	あじフリッター	白ごま	菜種油
	葉ねぎ	トマト	ごま油	パン粉	砂糖	パプリカ（赤）	あじ	酒	たまねぎ
	酒	トマトケチャップ★45	菜種油	ソテードオニオン	切干大根の即席漬け	もやし	しょうゆ	本みりん★44	しょうゆ★35
	淡口しょうゆ★36	にんにく	あじの塩焼き	鶏肉	切干大根	しらす干し	小麦粉	しょうゆ★35	生姜
	昆布（だし用）	パセリ	あじ	でん粉（馬鈴薯）	水晶昆布	しょうゆ★35	沖あみ	菜種油	にんにく
	鰹節（だし用）	コンソメ★49	塩	粉末状植物性たん白	昆布	本みりん★44	でん粉（とうもろこし）	アスパラガスの	砂糖
	塩	塩	菜種油	塩	醸造酢	オレンジ	砂糖	おかか和え	本みりん★44
	ゆかり和え	白こしょう	わかめの酢の物	ビーフブイヨン	しょうゆ★35	一食しそひじき★63	米粉	もやし	りんごピューレ
	きゅうり	ナツメグ	きゅうり	しょうゆ	純米酢★38		塩	グリーンアスパラガス	りんご
	もやし	オレガノ	キャベツ	黒こしょう	砂糖		アオサ	みずな	ビタミンC
	ゆかり★27	カレーコロッケ	わかめ	牛肉・豚肉			大豆油	塩	りんご
	アセロラゼリー★78	じゃがいも　たまねぎ	純米酢★38	小麦・鶏肉・大豆			ベーキングパウダー	淡口しょうゆ★36	菜種油
		とうもろこし　キャベツ　豚肉	淡口しょうゆ★36	菜種油			小麦・大豆	本みりん★44	ナムル
		にんじん　マッシュポテト　砂糖	砂糖	たまねぎ			※えび・かに	鰹節	ほうれん草
		大豆油　カレー粉	塩	パプリカ（赤）			菜種油		もやし
		酵母エキス　塩		むき枝豆★17			キャベツと赤玉ねぎの		にんじん
		ピロリン酸第二鉄		砂糖			サラダ		しょうゆ★35
		黒こしょう　白こしょう		しょうゆ★35			キャベツ		白ごま
		加工デンプン（タピオカ）		純米酢★38			とうもろこし		ごま油
		小麦粉　米粉		酒			赤たまねぎ		砂糖
		でん粉（とうもろこし・小麦）		中華スープ★50			オリーブ油		一食いりこ★61
		なたね油		でん粉（馬鈴薯）			純米酢★38		
		膨脹剤　パン粉		オレンジ			塩		
		小麦・豚肉・大豆					白こしょう		
		菜種油					砂糖		
		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							
		りんご酢★39							
		塩							
		白こしょう							
エネルギー (kcal)	606	621	674	611	685	608	692	597	614
たんぱく質 (g)	23.3	20.6	30.3	20.3	24.6	23.6	24.8	25.1	25.2
脂質 (g)	15.6	25.7	21.3	18.4	23.3	13.0	27.6	15.5	17.4

平均　エネルギー：630kcal　たんぱく質：24.4g　　脂質：19.0g

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