

○ 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
曜	火	水	木	金	月	火	水	木
	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
	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
	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
	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
	わかめ	エリンギ	豚肉	うどん★2	にんじん	じゃがいも	たまねぎ	じゃがいも
	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	干しいたけ	にんじん	にんじん	葉ねぎ
	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	天祥みそ★43
	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)
	葉ねぎ	コンソメ★49	葉ねぎ	でん粉(馬鈴薯)	葉ねぎ	干しいたけ	白ワイン	鰹と筍の煮物
	酒	塩	干しいたけ	砂糖	酒	いんげん	パセリ	かつお角切り粉付き
	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
	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
	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
	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
	ヒレカツ	たまねぎ	でん粉(馬鈴薯)	干しいたけ	鶏の照煮	菜種油	米粉豆乳ホワイトルウ★34	たけのこ
	豚肉	大豆	一味とうがらし	葉ねぎ	鶏肉	いわしのおかか煮	ハムステーキのケチャップソース	絹さや
	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	ハムステーキ	生姜
	塩	ウスターソース★37	塩	淡口しょうゆ★36	生姜	砂糖	砂糖	砂糖
	大豆粉	砂糖	あさり	塩	砂糖	しょうゆ	豚肉	しょうゆ★35
	香辛料	塩	春雨の中華和え	酒	しょうゆ★35	本みりん	豚脂	本みりん★44
	砂糖	しょうゆ★35	緑豆春雨	本みりん★44	酒	でん粉(馬鈴薯)	粉あめ	酒
	植物油	赤ワイン	キャベツ	いりこ(だし用)	本みりん★44	かつお節	塩	もやしのごま和え
	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	塩	小松菜
	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
	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
	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
	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
	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	小松菜のアーモンド和え	白ごま	アセロラゼリー★78	調味料(アミノ酸)	
	にんじん			小松菜	砂糖		発色剤	
	しょうゆ★35			にんじん	しょうゆ★35		小麦	
	本みりん★44			もやし	しょうゆ★35		大豆★豚肉	
	粕餅			しょうゆ★35	本みりん★44		菜種油	
	砂糖			本みりん★44	砂糖		トマトケチャップ★45	
	小豆			アーモンド	一食いりこ★61		ウスターソース★37	
	還元麦芽糖水あめ						赤ワイン	
	米粉						砂糖	
	麦芽糖						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)	774	804	823	814	785	799	833	805
たんぱく質(g)	26.6	33.0	30.9	32.7	33.0	28.5	37.2	35.2
脂質(g)	20.4	34.1	23.2	23.3	23.5	16.5	32.5	22.0

日	2019/5/17	2019/5/23	2019/5/24	2019/5/27	2019/5/28	2019/5/29	2019/5/30	2019/5/31
曜	金	木	金	月	火	水	木	金
	麦ご飯	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	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ	チキンとマトのスパゲッティ	こめ むぎ	こめ むぎ
	ポークカレー	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★1	高野豆腐の煮物	トック
	豚肉	豚肉	ビーフン(米)	じゃがいも	鶏肉	鶏肉	高野豆腐★12	米粉
	生姜	大豆	いか	たまねぎ	生姜	鶏肉	鶏肉	塩
	にんにく	絹厚揚げ★11	酒	干しいたけ	絹厚揚げ★11	たまねぎ	菜種油	加工でん粉(馬鈴薯)
	ゆでレンズ豆★13	チンゲン菜	干しいたけ	豆腐★9	ごぼう	にんじん	たけのこ	酒
	たまねぎ	にんじん	にんじん	葉ねぎ	じゃがいも	エリンギ	にんじん	干しいたけ
	にんじん	たまねぎ	チンゲン菜	天祥みそ★43	にんじん	トマト	干しいたけ	たけのこ
	じゃがいも	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	チンゲン菜
	グリーンピース	干しいたけ	淡口しょうゆ★36	鶏のごまソースかけ	干しいたけ	マイルドデミソース★46	しょうゆ★35	わかめ
	薄力粉	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	本みりん★44	鶏がらスープ★51
	菜種油	米みそ★40	塩	さば	砂糖	ウスターソース★37	しょうゆ★35	しょうゆ★35
	カレー粉	砂糖	肉団子の甘酢あん	コーンスターチ	しょうゆ★35	酒	塩	塩
	カレールウ★33	本みりん★44	肉団子	さば	本みりん★44	白こしょう	わかめとじゃこのさつと煮	デジブルコギ
	ウスターソース★37	酒	牛肉	菜種油	酒	菜種油	わかめ	豚肉
	しょうゆ★35	豆板じゃん★48	豚肉	白ごま	菜種油	ほうれん草	白ごま	菜種油
	塩	しょうゆ★35	玉ねぎ	ウスターソース★37	もやし	あじフリッター	酒	たまねぎ
	白こしょう	ごま油	パン粉	砂糖	パプリカ(赤)	あじ	本みりん★44	しょうゆ★35
	かなぎ佃煮★62	菜種油	ソテードオニオン	切干大根の即席漬	もやし	しょうゆ	しょうゆ★35	生姜
	フルーツミックス	あじの塩焼き	鶏肉	切干大根	しらす干し	小麦粉	菜種油	にんにく
	みかんレトルト★67	あじ	でん粉(馬鈴薯)	水晶昆布	しょうゆ★35	沖あみ	アスパラガスのおかか和え	砂糖
	パイナップル★68	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)	もやし	本みりん★44
	黄桃レトルト★69	菜種油	塩	醸造酢	オレンジ	米粉	グリーンアスパラガス	りんご
		わかめの酢の物	ビーフイオン	しょうゆ★35	一食しそひじき★63	塩	みずな	ビタミンC
		きゅうり	しょうゆ	純米酢★38		アオサ	塩	りんご
		キャベツ	黒こしょう	砂糖		大豆油	淡口しょうゆ★36	菜種油
		わかめ	小麦★豚肉			ベーキングパウダー	本みりん★44	ナムル
		純米酢★38	小麦★鶏肉★大豆			小麦★大豆	鰹節	ほうれん草
		淡口しょうゆ★36	菜種油			※えび・かに		もやし
		砂糖	たまねぎ			菜種油		にんじん
		塩	パプリカ(赤)			キャベツと赤玉ねぎのサラダ		しょうゆ★35
			むき枝豆★17			キャベツ		白ごま
			砂糖			とうもろこし		ごま油
			しょうゆ★35			赤たまねぎ		砂糖
			純米酢★38			オリーブ油		一食いりこ★61
			酒			純米酢★38		
			中華スープ★50			塩		
			でん粉(馬鈴薯)			白こしょう		
			オレンジ			砂糖		
エネルギー(kcal)	895	876	802	872	792	885	768	805
たんぱく質(g)	27.4	39.1	27.0	31.8	30.8	32.1	31.7	32.6
脂質(g)	23.7	28.2	24.9	29.1	18.0	33.7	20.6	23.5

平均 エネルギー:821kcal たんぱく質:31.9g 脂質:24.8g 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