○　牛乳は毎日あります

○　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

○　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	2020/2/3	2020/2/4	2020/2/5	2020/2/6	2020/2/7	2020/2/10	2020/2/12	2020/2/13	2020/2/14
曜	月	火	水	木	金	月	水	木	金
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★81	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	ほうれん草と白いんげん豆のスープ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	こめ　むぎ	ひじきスパゲッティ	こめ　むぎ	こめ　むぎ
	じゃが芋のそぼろ煮	家常豆腐	ベーコン★24	呉汁	白菜と肉団子のスープ	五目ご飯の具	スパゲッティ★1	豚じゃこ丼の具	高野豆腐の煮物
	鶏肉	豚肉	白いんげん豆	大豆	肉団子	鶏肉	ひじき	豚肉	高野豆腐★12
	生姜	酒	ほうれん草	はくさい	鶏肉	しらす干し	油揚げ★10	酒	鶏肉
	菜種油	しょうゆ★35	にんじん	にんじん	豚脂	ごぼう	鶏肉	たまねぎ	菜種油
	じゃがいも	にんにく	コンソメ★49	干ししいたけ	玉ねぎ	干ししいたけ	えのきたけ	しらす干し	たけのこ
	にんじん	たまねぎ	塩	油揚げ★10	にら	にんじん	しめじ	本みりん★44	にんじん
	たまねぎ	たけのこ	白こしょう	葉ねぎ	コーンスターチ	油揚げ★10	にんじん	しょうゆ★35	干ししいたけ
	こんにゃく	干ししいたけ	トマトオムレツ	天拝みそ★43	パン粉	菜種油	しょうゆ★35	砂糖	さやいんげん
	干ししいたけ	絹厚揚げ	鶏卵	いりこ（だし用）	砂糖	砂糖	塩	塩	じゃがいも
	さやいんげん	豆乳	植物油脂	さんまのみりん干し	ごま油	しょうゆ★35	砂糖	みそ汁	しょうゆ★35
	しょうゆ★35	難消化性デキストリン	塩	さんま	大豆油	本みりん★44	しらす干し	絹厚揚げ★11	本みりん★44
	砂糖	でん粉（コーン）	トマトケチャップ	みりん風調味料	しょうゆ	だし汁(昆布・鰹節)	菜種油	かぼちゃ	酒
	酒	ぶどう糖　植物油脂	たまねぎ	しょうゆ	塩	じゃがもちのすまし汁	野菜のアーモンド炒め	小松菜	砂糖
	本みりん★44	豆腐用凝固剤	トマトピューレ	砂糖	オイスターソース	おじゃがもちボール	もやし	えのきたけ	ししゃもフリッター
	いわし佃煮★65	大豆	鶏肉	魚醤油	おろしにんにく	じゃがいも	パプリカ（赤）	天拝みそ★43	ししゃも
	もやしのごまみそ和え	大豆	でん粉発酵調味料（さつまいも）	小麦・大豆	香辛料	加工でん粉（キャッサバ）	キャベツ	いりこ（だし用）	小麦粉
	パプリカ（赤）	葉ねぎ	食用卵殻粉	菜種油	調味料(アミノ酸)	でん粉（馬鈴薯）	とうもろこし	春菊の香り和え	でん粉（とうもろこし）
	もやし	生姜	トレハロース	切干大根の煮付け	小麦・ごま・大豆	塩	アーモンド	もやし	膨張剤
	白ごま	酒	加工でん粉（未公開）	切干大根	鶏肉・豚肉	グルコマンナン	菜種油	春菊	乳化剤
	ちゃんちゃん焼きのたれ	砂糖	卵・大豆・鶏肉	てんぷら★19	はくさい	かまぼこ★18	白こしょう	にんじん	菜種油
	みそ	しょうゆ★35	菜種油	むき枝豆★17	にんじん	はくさい	塩	もみのり★28	パーム油
	砂糖	赤みそ★42	ホットポテトサラダ	白ごま	しめじ	わかめ	コンソメ★49	しょうゆ★35	小麦
	醤油	豆板じゃん★48	じゃがいも	菜種油	たまねぎ	葉ねぎ	りんご	本みりん★44	菜種油
	発酵調味料	でん粉(馬鈴薯)	とうもろこし	砂糖	葉ねぎ	酒			ブロッコリーのごま和え
	調味料（アミノ酸等）	揚げ春巻き	むき枝豆★17	しょうゆ★35	鶏がらスープ★51	でん粉(馬鈴薯)			ブロッコリー
	大豆・小麦	豚肉　たまねぎ	ノンエッグマヨネーズ★　54	だし汁（いりこ）	中華スープ★50	塩			とうもろこし
	ノンエッグマヨネーズ★54	にんじん　キャベツ	りんご酢★39		しょうゆ★35	淡口しょうゆ★36			白ごま
	本みりん★44	植物油脂　はるさめ	塩		酒	鰹節（だし用）			しょうゆ★35
	レモン汁	しょうゆ　小麦粉	白こしょう		塩	昆布（だし用）			本みりん★44
	一食節分豆	ショートニング　豚脂			白こしょう	カレイフライ			
	大豆	でん粉（馬鈴薯）			レバーとさつまいもとナッツの揚げ煮	カレイ			
	砂糖	しょうがペースト			鶏肝タツタ★8	パン粉			
	水飴	ポークブイヨン			さつまいも	小麦粉			
	大豆	発酵調味料			菜種油	でん粉（とうもろこし）			
	※落花生・カシューナッツ	ポークエキス			鶏肉	植物性たん白			
	一食黒糖ビーンズ★59	酵母エキス			パプリカ（赤）	植物性油脂			
		乾燥しいたけ　砂糖			アーモンド	塩			
		たん白加水分解物			しょうゆ	こしょう			
		香辛料　塩			砂糖	小麦・大豆			
		米粉　粉あめ			本みりん★44	※えび・いか・卵			
		ソルビトール			酒	※さば・ごま			
		乳化剤　　増粘剤			オレンジ	菜種油			
		クエン酸鉄ナトリウム							
		豚肉・小麦・大豆							
		菜種油							
		海藻サラダ							
		だいこん							
		にんじん							
		海藻サラダ★29							
		青じそドレッシング★52							
エネルギー(kcal)	681	700	636	681	680	687	660	628	678
たんぱく質(g)	25.0	20.9	23.0	26.4	22.4	26.5	27.5	26.4	25.3
脂質(g)	16.5	26.4	28.9	23.9	20.3	19.6	20.6	16.6	22.9

日	2020/2/17	2020/2/18	2020/2/19	2020/2/20	2020/2/21	2020/2/25	2020/2/26	2020/2/27	2020/2/28
曜	月	火	水	木	金	火	水	木	金
献立及び材料	麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★87	麦ご飯	わかめ麦ご飯	麦ご飯	普通パン★81	麦ご飯	雑穀ご飯★92
	こめ　むぎ	こめ　むぎ	カレーシチュー	こめ　むぎ	こめ　むぎ　わかめ	こめ　むぎ	照焼きチキンパティ	こめ　むぎ	クワティ
	茎わかめのスープ	厚揚げのそぼろ煮	鶏肉	豚汁	うどん	すき焼き	鶏肉　　パン粉	おでん	鶏肉
	ロースハム★23	鶏肉	生姜	豚肉	うどん麺★2	牛肉	玉ねぎ	鶏肉	生姜
	茎若布	菜種油	にんにく	里いも	かまぼこ★18	はくさい	粉末状植物性たん白	さといも	にんにく
	葉ねぎ	生姜	ひよこ豆	にんじん	えのきたけ	こんにゃく	豚脂	てんぷら★19	ソテードオニオン★55
	はくさい	大豆	じゃがいも	だいこん	しょうゆ★35	豆腐★9	粒状植物性たん白	こんにゃく	たまねぎ
	にんじん	絹厚揚げ★11	にんじん	ごぼう	塩	根深ねぎ	砂糖　　塩	絹厚揚げ★11	にんじん
	えのきたけ	じゃがいも	たまねぎ	豆腐★9	酒	砂糖	魚醤	だいこん	ミックスビーンズ★14
	鶏がらスープ★51	にんじん	むき枝豆★17	こんにゃく	いりこ（だし用）	しょうゆ★35	発酵調味料	砂糖	トマト
	淡口しょうゆ★36	たまねぎ	カレールウ★33	葉ねぎ	鶏南うどんの具	酒	白こしょう　　しょうゆ	しょうゆ★35	薄力粉
	塩	むき枝豆★17	トマトケチャップ★45	米みそ★40	鶏肉	えのきたけ	みりん	本みりん★44	菜種油
	豚のケチャップ煮	干ししいたけ	カレー粉	麦みそ★41	菜種油	五目きんぴら	チキンエキス	鰹節（だし用）	カレー粉
	豚肉	砂糖	コンソメ★49	いりこ（だし用）	ごぼう	絹さや	ワイン	だし昆布(だし用)	カレールウ★33
	菜種油	しょうゆ★35	塩	あじフライ	根深ねぎ	ごぼう	醸造酢	さばみそホイル	ウスターソース★37
	たまねぎ	酒	白こしょう	あじ	砂糖	てんぷら★19	オニオンパウダー	さば	しょうゆ★35
	トマトケチャップ★45	本みりん★44	野菜とウインナーのソテー	パン粉	しょうゆ★35	にんじん	しょうが粉	砂糖	コリアンダー
	ウスターソース★37	厚焼玉子	とうもろこし	小麦粉	本みりん★44	大豆	加工でん粉（とうもろこし）	みそ	塩
	砂糖	卵	キャベツ	塩	小松菜のアーモンド和え	菜種油	キサンタンガム	本みりん	モモ(ショーロンポー)
	塩	醤油	ほうれん草	乳化剤	小松菜	砂糖	カラメル色素	米粉	豚肉
	しょうゆ★35	砂糖	ポークウインナースライス★25	増粘多糖類	もやし	しょうゆ★35	なたね油	さば・大豆	鶏肉
	赤ワイン	ぶどう糖果糖液糖	塩	調味料（アミノ酸等）	にんじん	本みりん★44	パーム油	白菜の昆布和え	キャベツ
	じゃがじゃこ	カツオエキス	白こしょう	小麦・大豆・豚肉	アーモンド	塩	小麦・大豆	はくさい	たまねぎ
	じゃがいも	煮干しエキス	菜種油	菜種油	しょうゆ★35	白ごま	鶏肉・豚肉	みずな	たけのこ
	しらす干し	でん粉（とうもろこし）	りんご	ひじきと大豆の炒め煮	本みりん★44	一味とうがらし	白身魚のフライ	細切昆布佃煮★31	しょうが
	塩	塩		ひじき	砂糖	ぽんかん	ホキ	本みりん★44	豚脂
	白ごま	植物油脂		てんぷら★19	ヨーグルト★79		パン粉	しょうゆ★35	難消化性デキストリン
	ごま油	貝殻未焼成カルシウム		大豆	りんごゼリー★74		小麦粉		はるさめ
		卵・小麦・大豆		さやいんげん			米粉		しょうゆ
		カリフラワーの甘酢和え		しょうゆ★35			塩　こしょう		でんぷん（とうもろこし）
		カリフラワー		本みりん★44			小麦		オイスターソース
		パプリカ（赤）		砂糖			※卵・乳・えび・大豆・いか		砂糖
		純米酢★38		だし汁（いりこ）			※鮭・さば・りんご・ごま		植物油脂
		レモン汁		菜種油			菜種油		発酵調味料
		ごま油					キャベツのソテー		塩
		しょうゆ★35					キャベツ		香辛料
		塩					塩		小麦粉
		砂糖					白こしょう		小麦たん白
		白ごま					菜種油		ピロリン酸第二鉄
							一食ノンエッグマヨネーズ★54		加工でんぷん（サゴヤシ）
							豆乳チャウダー		豚肉・鶏肉・大豆
							ベーコン★24		小麦・ごま
							たまねぎ		サーグタルカリ
							にんじん		ほうれん草
							じゃがいも		ターメリック
							とうもろこし		ターメリック
							白ワイン		コーンスターチ
							パセリ		塩
							豆乳		白こしょう
							塩		菜種油
							白こしょう		
							コンソメ★49		
							米粉豆乳ホワイトルウ★34		
エネルギー(kcal)	639	680	644	679	675	686	654	709	699
たんぱく質(g)	25.6	27.0	24.8	24.8	26.0	25.3	23.7	31.4	24.1
脂質(g)	18.6	19.9	24.2	20.7	16.5	17.7	31.5	22.8	20.6

平均　エネルギー：672kcal　　たんぱく質：25.3g　　脂質：21.5g

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