○ 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	2020/4/8	2020/4/9	2020/4/10	2020/4/13	2020/4/14	2020/4/15	2020/4/16	2020/4/17
曜	水	木	金	月	火	水	木	金
献立及び材料	**麦ご飯**	**胚芽パン★88**	入学式	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**普通パン★82**	**麦ご飯**	**麦ご飯**
	こめ むぎ	**豆乳チャウダー**		こめ むぎ	こめ むぎ	**ビーンズドッグの具**	こめ むぎ	こめ むぎ
	厚揚げとじゃが芋のうま煮	ベーコン★24		**野菜たっぷりみそ汁**	**春雨スープ**	豚肉	**けんちん汁**	**チキンカレー**
	豚肉	たまねぎ		にんじん	緑豆春雨	赤ワイン	にんじん	鶏肉
	絹厚揚げ	にんじん		ごぼう	ロースハム★23	ゆでレンズ豆★15	しめじ	生姜
	豆乳	じゃがいも		小松菜	干ししいたけ	たまねぎ	ごぼう	にんにく
	デキストリン	グリンピース		もやし	チンゲン菜	とうもろこし	こんにゃく	菜種油
	でん粉(コーン)	白ワイン		油揚げ★12	鶏がらスープ★50	トマト	豆腐★11	ゆでレンズ豆★15
	ぶどう糖	豆乳		いりこ(だし用)	酒	トマトケチャップ★44	葉ねぎ	たまねぎ
	植物油脂	塩		天拝みそ★42	うすくちしょうゆ★35	ウスターソース★36	いりこ(だし用)	にんじん
	豆腐用凝固剤	白こしょう		**いわしの甘露煮**	塩	砂糖	酒	じゃがいも
	酸化防止剤	コンソメ★48		いわし	白こしょう	塩	塩	グリンピース
	ピロリン酸第二鉄	米粉豆乳ホワイトルウ★33		砂糖	葉ねぎ	白こしょう	しょうゆ★34	薄力粉
	大豆	**鶏と大豆のケチャップ煮**		しょうゆ	**鶏とさつま芋の揚げ煮**	でん粉(馬鈴薯)	**鯖のごまソースかけ**	カレー粉
	じゃがいも	鶏肉		蜂蜜	鶏肉	**野菜スープ**	**さば粉付き**	カレールウ★32
	にんじん	菜種油		本みりん	でん粉(馬鈴薯)	ベーコン★24	さば	ウスターソース★36
	たまねぎ	えのきたけ		でん粉(馬鈴薯)	菜種油	キャベツ	コーンスターチ	しょうゆ★34
	むき枝豆★18	大豆		塩	さつま芋	じゃがいも	**さば**	塩
	砂糖	トマトケチャップ★44		**小麦・大豆**	にんじん	ほうれん草	**※さけ**	白こしょう
	しょうゆ★34	ウスターソース★36		**たけのこの土佐煮**	しょうゆ★34	セロリ	菜種油	**福神漬★30**
	みりん★43	砂糖		たけのこ	砂糖	にんじん	白ごま	**フルーツミックス**
	酒	塩		しょうゆ★34	酒	コンソメ★48	ウスターソース★36	みかんレトルト★67
	菜種油	しょうゆ★34		みりん★43	みりん★43	塩	砂糖	パインレトルト★68
	海藻サラダ	赤ワイン		砂糖	生姜	黒こしょう	**菜の花の和え物**	黄桃レトルト★69
	きゅうり	**コールスロー**		菜種油	**アスパラガスのごま酢和え**	**ブロッコリーサラダ**	菜の花	
	もやし	キャベツ		鰹節	キャベツ	ブロッコリー	もやし	
	海藻サラダ★29	とうもろこし		だし汁(いりこ)	グリーンアスパラガス	オリーブ油	しらす干し	
	青じそドレッシング★51	りんご酢★38		**一食黒糖ビーンズ★59**	塩	りんご酢★38	しょうゆ★34	
	マヨいりこ	塩			純米酢★37	塩	みりん★43	
	いりこ	白こしょう			白ごま	白こしょう		
	ノンエッグマヨネーズ★53	砂糖			砂糖	砂糖		
	砂糖	オリーブ油			うすくちしょうゆ★35	**一食ミルメークコーヒー★55**		
	白ごま							
	菜種油							
エネルギー(kcal)	627	671		610	640	630	644	670
たんぱく質(g)	23.2	30.0		23.2	20.5	26.5	25.5	19.2
脂質(g)	16.9	28.5		18.0	18.3	22.8	21.8	16.3

日	2020/4/20	2020/4/21	2020/4/22	2020/4/23	2020/4/24	2020/4/27	2020/4/28	2020/4/30
曜	月	火	水	木	金	月	火	木
献立及び材料	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**米粉パン★86**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**麦ご飯**	**わかめ麦ご飯**
	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	こめ むぎ	こめ むぎ	こめ むぎ わかめ
	たけのこのみそ汁	**麻婆豆腐**	スパゲッティ★1	**わかめ汁**	**たけのこご飯の具**	**だんご汁**	**新じゃがのうま煮**	**うどん**
	キャベツ	豆腐★11	牛肉	わかめ	鶏肉	**だんご**	豚肉	うどん麺★2
	絹厚揚げ	大豆	豚肉	えのきたけ	たけのこ	小麦粉	生姜	鶏肉
	豆乳	豚肉	大豆	豆腐★11	にんじん	麦たん白	じゃがいも	**うす切りかまぼこ**
	デキストリン	にんにく	たまねぎ	葉ねぎ	干ししいたけ	野菜粉末(オニオン)	にんじん	イトヨリ
	でん粉(コーン)	生姜	にんじん	酒	むき枝豆★18	塩	たまねぎ	すけそうだら
	ぶどう糖	たまねぎ	ソテードオニオン★54	うすくちしょうゆ★35	しらす干し	**小麦**	こんにゃく	でん粉(馬鈴薯)
	植物油脂	葉ねぎ	マッシュルーム★17	昆布(だし用)	しょうゆ★34	にんじん	干ししいたけ	砂糖
	豆腐用凝固剤	干ししいたけ	トマト	鰹節(だし用)	みりん★43	ごぼう	むき枝豆★18	塩
	酸化防止剤	赤みそ★41	トマトケチャップ★44	塩	砂糖	干ししいたけ	しょうゆ★34	本みりん
	ピロリン酸第二鉄	砂糖	デミグラスソース★45	**和風ハンバーグ**	**つみれ汁**	じゃがいも	砂糖	着色料
	大豆	しょうゆ★34	ウスターソース★36	ハンバーグ★8	つみれ★22	葉ねぎ	酒	調味料(アミノ酸)
	たけのこ	菜種油	白こしょう	菜種油	ほうれん草	米みそ★39	みりん★43	葉ねぎ
	葉ねぎ	でん粉(馬鈴薯)	コンソメ★48	しょうゆ★34	えのきたけ	麦みそ★40	**さんまのみりん干し**	わかめ
	天拝みそ★42	一味とうがらし	パセリ	砂糖	たまねぎ	いりこ(だし用)	さんま	しょうゆ★34
	いりこ(だし用)	豆板じゃん★47	塩	みりん★43	葉ねぎ	**鶏の唐揚げ**	みりん風調味料	塩
	かぼちゃコロッケ	塩	**グリーンサラダ**	でん粉(馬鈴薯)	酒	鶏肉	しょうゆ	みりん★43
	かぼちゃ	**焼きぎょうざ**	キャベツ	**春野菜の炒め物**	塩	にんにく	砂糖	酒
	たまねぎ	スクールぎょうざ★6	きゅうり	ベーコン★24	うすくちしょうゆ★35	生姜	魚醤油	いりこ(だし用)
	ほうれん草	菜種油	ピーマン	キャベツ	鰹節(だし用)	しょうゆ★34	**小麦・大豆**	**油揚げ**
	大根菜	**中華サラダ**	菜種油	にんじん	昆布(だし用)	酒	菜種油	油揚げ★12
	小松菜	にんじん	りんご酢★38	菜の花	**鮭フライ**	薄力粉	**ニューサマーオレンジ**	砂糖
	豚肉	もやし	砂糖	グリーンアスパラガス	鮭	でん粉(馬鈴薯)		しょうゆ★34
	マッシュポテト	とうもろこし	塩	塩	パン粉	菜種油		酒
	豆乳	きゅうり	白こしょう	白こしょう	小麦粉	**きゅうりのかぼす和え**		**キャベツとツナのソテー**
	白ワイン	純米酢★37	**オレンジ**	菜種油	でん粉(とうもろこし)	きゅうり		にんじん
	砂糖	うすくちしょうゆ★35		カレー粉	塩	たまねぎ		キャベツ
	大豆油	純正ごま油			白こしょう	わかめ		ツナ★16
	塩	塩			コーンパウダー	酒		塩
	白こしょう	白こしょう			**酵・小麦・大豆**	みりん★43		コンソメ★48
	パン粉				**※えび・いか・さば**	純米酢★37		白こしょう
	粉末状植物性たん白				**※鶏肉・豚肉**	かぼす果汁		菜種油
	加工でんぷん(タピオカ)				菜種油	うすくちしょうゆ★35		**一食いりこ★61**
	加工でんぷん(パン粉)					塩		
	炭酸カルシウム							
	乳化剤							
	ピロリン酸第二鉄							
	小麦・豚肉・大豆							
	菜種油							
	小松菜のおかかあえ							
	小松菜							
	もやし							
	にんじん							
	しょうゆ★34							
	みりん★43							
	鰹節							
エネルギー(kcal)	612	697	654	619	660	654	674	616
たんぱく質(g)	17.6	27.0	27.5	23.7	27.1	22.7	24.7	26.3
脂質(g)	20.7	21.5	20.1	21.1	22.6	21.3	21.3	15.7

平均　エネルギー:645kcal　たんぱく質:24.3g　脂質:20.4g

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