

○ 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

○ 牛乳は毎日あります

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	麦ご飯 こめむぎ 厚揚げとじゃが芋のうま煮 豚肉 絹厚揚げ 豆乳 デキストリン でん粉(コーン) ぶどう糖 植物油 豆腐用凝固剤 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 じゃがいも にんじん たまねぎ むき枝豆★18 砂糖 しょうゆ★34 みりん★43 酒 菜種油 海藻サラダ きゅうり もやし 海藻サラダ★29 青じそドレッシング★51 マヨいりこ いりこ ノンエッグマヨネーズ★53 砂糖 白ごま 菜種油		胚芽パン★88 豆乳チャウダー ベーコン★24 たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース 白ワイン 豆乳 塩 白ごま コンソメ★48 米粉豆乳ホワイトルウ★33 鶏と大豆のケチャップ煮 鶏肉 菜種油 えのきたけ 大豆 トマトケチャップ★44 ウスターソース★36 砂糖 塩 赤ワイン コールスロー キャベツ とうもろこし りんご酢★38 塩 白ごま ノンエッグマヨネーズ★53 砂糖 オリーブ油	芽パン★88 こめむぎ 野菜たっぷりみそ汁 にんじん ごぼう 小松菜 もやし 油揚げ★12 いりこ(だし用) 天祥みそ★42 いわしの甘露煮 いわし 砂糖 しょうゆ 鶏肉 蜂蜜 本みりん でん粉(馬鈴薯) 塩 小麦・大豆 たけこの土佐煮 たけのこ しょうゆ★34 みりん★43 砂糖 塩 キャベツ 鰹節 だし汁(いりこ) 一食黒糖ビーンズ★59 塩 白ごま 砂糖 オリーブ油	麦ご飯 こめむぎ 春雨スープ 緑豆春雨 ローズハム★23 干しいたけ チンゲン菜 鶏がらスープ★50 酒 うすくちしょうゆ★35 塩 白ごま 葉ねぎ 鶏とさつま芋の揚げ煮 鶏肉 でん粉(馬鈴薯) 菜種油 さつま芋 にんじん しょうゆ★34 砂糖 酒 みりん★43 生姜 アスパラガスのごま酢和え キャベツ グリーンアスパラガス 塩 純米酢★37 白ごま 砂糖 うすくちしょうゆ★35	普通パン★82 こめむぎ ピーンズドッグの具 豚肉 赤ワイン ゆでレンズ豆★15 たまねぎ とうもろこし トマト トマトケチャップ★44 ウスターソース★36 砂糖 塩 白ごま でん粉(馬鈴薯) 野菜スープ ベーコン★24 キャベツ じゃがいも ほうれん草 セロリ にんじん コンソメ★48 塩 黒ごま ブロッコリーサラダ ブロッコリー オリーブ油 りんご酢★38 塩 白ごま 砂糖 一食ミルクコーヒー★55	麦ご飯 こめむぎ けんちん汁 にんじん しめじ ごぼう こんにゃく 豆腐★11 葉ねぎ いりこ(だし用) 酒 塩 しょうゆ★34 鯖のごまソースかけ さば粉付き さば コンスターチ 塩 白ごま 菜種油 白ごま ウスターソース★36 砂糖 菜の花の和え物 菜の花 もやし しらす干し しょうゆ★34 みりん★43	麦ご飯 こめむぎ チキンカレー 鶏肉 生姜 にんにく 菜種油 ゆでレンズ豆★15 たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース 薄力粉 カレー粉 カレー粉 カレールウ★32 ウスターソース★36 しょうゆ★34 塩 白ごま 福神漬★30 フルーツミックス みかんレトルト★67 パインレトルト★68 黄桃レトルト★69
エネルギー(kcal)	755		821	729	764	760	800	815
たんぱく質(g)	27.5		36.2	26.9	24.0	31.5	31.6	23.3
脂質(g)	19.3		34.1	20.4	20.4	26.5	27.0	18.8

入学式

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	麦ご飯 こめむぎ たけこのみそ汁 キャベツ 絹厚揚げ 豆乳 デキストリン でん粉(コーン) ぶどう糖 植物油 豆腐用凝固剤 酸化防止剤 ピロリン酸第二鉄 大豆 たけのこ 葉ねぎ 天祥みそ★42 いりこ(だし用) かぼちゃコロッケ かぼちゃ たまねぎ ほうれん草 大根菜 小松菜 豚肉 マッシュポテト 豆乳 白ワイン 砂糖 大豆油 塩 白ごま パン粉 粉末状植物性たん白 加工でんぷん(タピオカ) 加工でんぷん(パン粉) 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	麦ご飯 こめむぎ 麻婆豆腐 大豆★11 豚肉 にんにく 生姜 たまねぎ 葉ねぎ 干しいたけ 赤みそ★41 砂糖 しょうゆ★34 菜種油 でん粉(馬鈴薯) 一味とうがらし 豆板じゃん★47 塩 焼きぎょうざ スクールぎょうざ★6 菜種油 中華サラダ にんじん もやし とうもろこし きゅうり 純米酢★37 うすくちしょうゆ★35 純正ごま油 塩 白ごま	米粉パン★86 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1 牛肉 豚肉 大豆 たまねぎ ソテードオニオン★54 マッシュルーム★17 トマト トマトケチャップ★44 ウスターソース★36 白ごま コンソメ★48 パセリ グリーンサラダ キャベツ きゅうり ピーマン 菜種油 りんご酢★38 砂糖 白ごま オレンジ 塩 白ごま	麦ご飯 こめむぎ わかめ汁 わかめ えのきたけ 豆腐★11 葉ねぎ 酒 うすくちしょうゆ★35 昆布(だし用) 鰹節(だし用) 塩 和風ハンバーグ ハンバーグ★8 菜種油 しょうゆ★34 砂糖 みりん★43 でん粉(馬鈴薯) 春野菜の炒め物 ベーコン★24 キャベツ にんじん 菜の花 グリーンアスパラガス 塩 白ごま 菜種油 カレー粉 一食いりこ★61 塩	麦ご飯 こめむぎ たけこのご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 干しいたけ むき枝豆★18 しらす干し しょうゆ★34 みりん★43 砂糖 つみれ汁 つみれ★22 ほうれん草 えのきたけ たまねぎ 葉ねぎ 酒 塩 うすくちしょうゆ★35 鰹節(だし用) 昆布(だし用) 塩 鮭フライ パン粉 小麦粉 でん粉(とうもろこし) 塩 白ごま コーンパウダー 小麦・大豆 ※えび・いか・さば ※鶏肉・豚肉 菜種油	麦ご飯 こめむぎ だんご汁 だんご 小麦粉 麦たん白 野菜粉末(オニオン) 塩 小麦 にんじん ごぼう 干しいたけ じゃがいも 葉ねぎ 米みそ★39 みみそ★40 いりこ(だし用) 鶏の唐揚げ 鶏肉 にんにく 生姜 しょうゆ★34 薄力粉 でん粉(馬鈴薯) 菜種油 きゅうりのかぼす和え きゅうり たまねぎ わかめ 酒 みりん★43 純米酢★37 かぼす果汁 うすくちしょうゆ★35 塩	麦ご飯 こめむぎ 新じゃがのうま煮 豚肉 生姜 じゃがいも にんじん たまねぎ こんにゃく 干しいたけ むき枝豆★18 しょうゆ★34 砂糖 酒 みりん★43 さんまのみりん干し さんま みりん風調味料 しょうゆ 砂糖 魚醤油 小麦・大豆 ニューサーマーオレンジ 砂糖 しょうゆ★34 酒 キャベツとツナのソテー にんじん キャベツ ツナ★16 塩 コンソメ★48 白ごま 菜種油 一食いりこ★61	わかめ麦ご飯 こめむぎ わかめ うどん種★2 鶏肉 うす切りかまぼこ イトヨリ すけそうだら でん粉(馬鈴薯) 砂糖 塩 本みりん 着色料 調味料(アミノ酸) わかめ しょうゆ★34 塩 みりん★43 酒 いりこ(だし用) 油揚げ 油揚げ★12 砂糖 しょうゆ★34 酒 キャベツとツナのソテー にんじん キャベツ ツナ★16 塩 コンソメ★48 白ごま 菜種油 一食いりこ★61
エネルギー(kcal)	765	855	813	772	790	781	808	747
たんぱく質(g)	20.6	32.4	33.9	30.8	31.9	26.3	29.0	30.9
脂質(g)	26.4	25.1	23.7	24.9	25.7	24.1	24.5	18.3