

○ 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	2021/3/1	2021/3/2	2021/3/3	2021/3/4	2021/3/5	2021/3/8	2021/3/9	2021/3/10
曜	月	火	水	木	金	月	火	水
	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	普通パン★82	麦ご飯	赤飯	麦ご飯	米パン★86
献立	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	野菜スープ	こめむぎ	もち米	こめむぎ	スパゲッティ★1
	じゃが芋のそぼろ煮	みそ汁	ちらし寿司の具	鶏肉	麻婆豆腐	うるち米	カレー	スパゲッティ★1
	鶏肉	絹厚揚げ	かまぼこ★19	キャベツ	豆腐★11	小豆	たまねぎ	ベーコン★24
	生姜	豆乳	にんじん	たまねぎ	豚肉	ビタミンB1	にんじん	たまねぎ
	じゃがいも	でん粉(コーン)	れんこん水煮	とうもろこし	大豆	沢煮物	じゃがいも	にんじん
	にんじん	難消化性デキストリン	れんこん	コンソメ★48	にんにく	豚肉	ゆでレンズ豆★15	マッシュルーム★17
	たまねぎ	デキストリン	ビタミンC	塩	生姜	酒	グリーンピース	トマト水煮
	こんにやく	ぶどう糖	クエン酸	白こしょう	たまねぎ	生姜	生姜	トマト
	むき枝豆★18	植物油	塩	てりやきハンバーグ	にんじん	にんじん	にんにく	塩
	しょうゆ★34	リン酸カルシウム	たけのこ	ハンバーグ	根深ねぎ	ごぼう	薄力粉	クエン酸
	砂糖	豆腐用凝固剤	干しいたけ	豚肉	干しいたけ	糸こんにやく	菜種油	トマトケチャップ★44
	酒	酸化防止剤	しらす干し	鶏肉	赤みそ★41	葉ねぎ	カレー粉	白ワイン
	みりん★43	ピロリン酸第二鉄	砂糖	たまねぎ	砂糖	しょうゆ★34	カレールー★32	コンソメ★48
	サクサクきびなごフライ	大豆	塩	粒状植物性たん白	しょうゆ★34	塩	ウスターソース★36	塩
	きびなご	えのきたけ	うすくちしょうゆ★35	豚脂	菜種油	鰹節(だし用)	しょうゆ★34	白こしょう
	ポテトフレーク	さといも	純米酢	難消化性デキストリン	でん粉(馬鈴薯)	昆布(だし用)	塩	パセリ
	パン粉	葉ねぎ	だし汁(鰹節・昆布)	果糖ぶどう糖液糖	一味とうがらし	さんまのみぞれ煮★5	白こしょう	野菜のアーモンド炒め
	でん粉(さつまいも)	天祥みそ★42	菜の花のお吸い物	でん粉(とうもろこし)	豆板じゃん★47	ほうれん草の香りしそ	白こしょう	ほうれん草
	小麦粉	いりこ(だし用)	豆腐★11	粉末状植物性たん白	塩	ほうれん草	豚肉	パプリカ(赤)
	植物性たん白(大豆)	豚肉の生姜焼き	菜の花	ドロマイト	ごま油	もやし	大豆たん白	グリーンアスパラガス
コーンスターチ	菜種油	花ふ	ぶどう糖加工品	焼き餃子	もみりん★28	塩	とうもろこし	
植物油	生姜	小麦粉	ポーキエキス	スクールぎょうざ★6	しょうゆ★34	でん粉(とうもろこし)	アーモンド	
塩	しょうゆ★34	小麦たんぱく	発酵調味料	菜種油	みりん★43	たん白加水分解物	菜種油	
小麦・大豆	※えび・さば・ごま・豚肉	ペニコウ色素	塩	海藻サラダ	みかんタルト	パン粉	白こしょう	
※えび・さば・ごま・豚肉	※えび・さば・ごま・豚肉	酸化防止剤	加工油脂	だいこん	みかん・シラップづけ	香辛料	塩	
菜種油	みりん★43	小麦	酵母エキス	きゅうり	うんしゅうみかん果汁	ぶどう糖	コンソメ★48	
小松菜のアーモンド和え	野菜炒め	えのきたけ	チキンブイヨン	海藻サラダ★29	水あめ	加工デンプン(キャッサバ)	フルーツヨーグルト	
小松菜	てんぷら★20	うすくちしょうゆ★35	加工でん粉(タピオカ)	青じそドレッシング★51	砂糖	調味料(アミノ酸等)	みかんレトルト★67	
もやし	キャベツ	塩	クエン酸鉄ナトリウム		ゲル化剤(増粘多糖類)	増粘多糖類	バイレトルト★68	
アーモンド	もやし	酒	豚肉・鶏肉・大豆		酸味料	豚肉・大豆・小麦	黄桃レトルト★69	
しょうゆ★34	にんじん	鰹節(だし用)	菜種油		香料	※卵・乳・りんご	プレーンヨーグルト★66	
みりん★43	塩	昆布(だし用)	しょうゆ★34		ビタミンC	※ゼラチン・牛肉・鶏肉		
砂糖	白こしょう	さわら天ぷら	砂糖		豆乳	菜種油		
	うすくちしょうゆ★35	さわら	みりん★43		米粉	コールスロー		
	菜種油	小麦粉	でん粉(馬鈴薯)		植物油	キャベツ		
		でん粉(とうもろこし)	ポテトサラダ		調整豆乳粉末	とうもろこし		
		ベーキングパウダー	じゃがいも		加工でん粉(キャッサバ)	りんご酢★38		
		塩	にんじん		膨張剤	サウザンアイランドドレッシング		
		なたね油	むき枝豆★18		凝固剤	食用植物油		
		小麦	ノンエッグマヨネーズ★53		乳化剤	醸造酢		
		※えび・いか・さば	塩		ショートニング	水あめ		
		※大豆・卵・ごま	白こしょう		コーンフラワー	砂糖		
		菜種油	りんご酢★38		でん粉(とうもろこし)	トマトケチャップ		
					食用油脂	ピクルス		
					増粘剤	塩		
					ピロリン酸第二鉄	にんじんエキス		
					大豆	ブルーベリー		
					※鶏肉・もも・りんご・バナナ	酵母エキスパウダー		
						乳化剤		
						増粘剤		
						香辛料抽出物		
エネルギー(kcal)	796	785	775	786	821	778	904	852
たんぱく質(g)	30.0	32.7	25.4	31.3	29.8	28.3	24.2	32.5
脂質(g)	21.2	24.5	23.6	32.1	22.8	25.1	29.6	24.1

日	2021/3/11	2021/3/15	2021/3/16	2021/3/17	2021/3/18	2021/3/19	2021/3/22	2021/3/23
曜	木	月	火	水	木	金	月	火
	麦ご飯	わかめ麦ご飯	麦ご飯	胚芽パン★88	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯	麦ご飯
献立	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	オニオンスープ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ	こめむぎ
	さつま汁	わかめ	ハヤシ	ベーコン★24	ワンタンスープ	みそ汁	つみれ汁	治部煮
	鶏肉	厚揚げの煮物	豚肉	たまねぎ	ローズハム★23	じゃがいも	つみれ★22	鶏肉
	さつまいも	鶏肉	赤いんげん豆	ソテーオニオン★54	もやし	たまねぎ	小松菜	すだれ麩
	はくさい	絹厚揚げ★13	赤ワイン	セロリ	にら	干しいたけ	干しいたけ	小麦グルテン
	ごぼう	じゃがいも	たまねぎ	にんじん	ワンタン★3	わかめ	えのきたけ	米粉
	根深ねぎ	にんじん	ソテーオニオン★54	コンソメ★48	干しいたけ	油揚げ★12	たまねぎ	小麦でん粉
	米みそ★39	たまねぎ	マッシュルーム★17	塩	鶏がらスープ★50	万能ねぎ	酒	小麦
	麦みそ★40	むき枝豆★18	トマト	黒こしょう	中華スープ★49	天祥みそ★42	天祥みそ★42	たけのこ
	いりこ(だし用)	しょうゆ★34	トマトケチャップ★44	パセリ	しょうゆ★34	いりこ(だし用)	いりこ(だし用)	さといも
	鯖のかば焼き	砂糖	薄力粉	豆乳グラタン	塩	さばの塩焼き	鶏の照煮	干しいたけ
	さば切身粉付	みりん★43	菜種油	ショートニング	許鶏	さば	鶏肉	こんにやく
	さば	酒	ハヤシルウ★31	米粉	鶏肉	塩	菜種油	ほうれん草
	コーンスターチ	玉子焼き	ウスターソース★36	豆乳	でん粉(馬鈴薯)	さば	生姜	うすくちしょうゆ★35
	さば	卵	しょうゆ★34	乾燥マッシュポテト	菜種油	菜種油	砂糖	みりん★43
	※さけ	うすくちアミノ酸液	じゃがいも	じゃがいも	にんじん	ごぼうのごまだれ和え	しょうゆ★34	酒
	砂糖	うすくち醤油	白こしょう	たまねぎ	たまねぎ	ごぼう	酒	砂糖
	しょうゆ★34	砂糖	ローリエ	にんじん	たけのこ	ほうれん草	みりん★43	砂糖
	酒	塩	ベーコンポテト	スイートコーン	パプリカ(赤)	とうもろこし	でん粉(馬鈴薯)	鰹節(だし用)
	白ごま	砂糖混合異性化液糖	ベーコン★24	植物油	パプリカ(黄)	白ごま	にんじんの金平	昆布(だし用)
菜種油	かつおエキス	ナチュラルカットポテト	ほうれん草	生姜	ごまドレッシング★52	こんやく	ぶりフライ	
切干大根の煮つけ	濃縮煮干しだし	じゃがいも	粉末水あめ	にんにく	レモン汁	にんじん	ぶり	
切干大根	でん粉(とうもろこし)	植物油	水溶性食物繊維	酒	一食納豆★64	絹さや	パン粉	
油揚げ★12	植物油脂	パセリ	ソテーオニオン	純米酢★37		菜種油	小麦粉	
にんじん	貝殻未焼成カルシウム	パセリ	砂糖	砂糖		砂糖	塩	
絹さや	卵・カビ・大豆	塩	塩	トマトケチャップ★44		しょうゆ★34	増粘多糖類	
菜種油	小松菜のおかか和え	白こしょう	チキンオイル	しょうゆ★34	カットりんご	酒	小麦	
砂糖	小松菜	ブロccoliサラダ	調整豆乳粉末	りんご		塩	※卵・乳・えび・大豆	
しょうゆ★34	もやし	ブロッコリー	酵母エキス	塩		白ごま	菜種油	
	うすくちしょうゆ★35	とうもろこし	香辛料	りんご		一味とうがらし	あいませ	
	みりん★43	オリーブ油	トレハロース	塩		ヨーグルト★80	だいこん	
	鰹節	りんご酢★38	加工でん粉(キャッサバ)	ビタミンC		りんごゼリー★75	ごぼう	
		塩	増粘多糖類	pH調整剤			にんじん	
		白こしょう	安定剤	りんご			ちくわ★21	
		砂糖	乳化剤	一食お魚ふりかけ★63			油揚げ★12	
		さくらゼリー	ピロリン酸第二鉄				白ごま	
		さくらんぼ果汁	大豆・鶏肉				だし汁(鰹節・昆布)	
		砂糖	菜種油				酒	
		砂糖・ぶどう糖果糖液糖	キャベツとウイナーのソテー				しょうゆ★34	
		水あめ	パプリカ(赤)				みりん★43	
		ぶどう糖	キャベツ				うすくちしょうゆ★35	
		ゲル化剤	ポークウイナーズスライス★25					
		香料	塩					
		ビタミンC	白こしょう					
		酸味料	菜種油					
		クチナン色素						
		紅麹色素						
		クエン酸鉄ナトリウム						
		レモン果汁						
エネルギー(kcal)	841	789	844	850	762	834	790	824
たんぱく質(g)	31.8	31.8	23.8	24.8	24.3	37.6	32.3	29.8
脂質(g)	25.5	21.7	26.5	40.5	20.6	26.0	19.8	27.0