

○ 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

入学式

日	2021/4/8	2021/4/9	2021/4/12	2021/4/13	2021/4/14	2021/4/15	2021/4/16	2021/4/19
曜	木	金	月	火	水	木	金	月
献立	麦ご飯 こめむぎ じゃが芋のそぼろ煮 鶏肉 生姜 菜種油 じゃがいも にんじん たまねぎ にんにく 干しいたけ 赤みそ★39 いんげん しょうゆ★32 砂糖 酒 みりん★41 きびなごカリフライ★4 菜種油 菜の花のおかか和え 菜の花 もやし うすくちしょうゆ★33 みりん★41 鰹節	普通パン★79 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1	麦ご飯 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干しいたけ にんじん チンゲン菜 鶏がらスープ★49 うすくちしょうゆ★33 白こしょう ホキの大豆がらめ ホキ角切粉付 ホキ コーンスターチ ※さけ・さば・いか ほうれん草のサラダ ほうれん草 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ★53 白こしょう 塩 りんご酢★36 カットりんご りんご 塩 ビタミンC pH調整剤 りんご	麦ご飯 いかん汁 豆腐★8 酒 もやし にんじん 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) 干しいたけ 万能ねぎ しょうゆ★32 塩 一味とうがらし 豆板じゃん★46 塩 焼き春巻き★6 中華サラダ もやし にんじん きゅうり 純米酢★35 うすくちしょうゆ★33 ごま油 塩 白こしょう 砂糖 食用植物油 醸造酢 水あめ 砂糖 ピクルス 大豆粉 塩 粉末状植物性たん白(大豆) 乾燥たまねぎ 香辛料 酵母エキス オニオンエキス レモン果汁 こんにやく精粉 増粘多糖類 香辛料抽出物 大豆・りんご 切干大根の煮付け 切干大根 油揚げ★9 むき枝豆★15 菜種油 砂糖 しょうゆ★32 日向夏ゼリー 砂糖混合ぶどう糖果糖液糖 日向夏果汁 水あめ ゲル化剤 酸味料	ぶどうパン★81 ポテトスープ 鶏肉 菜種油 たまねぎ じゃがいも にんじん ほうれん草 エリンギ 白いんげん豆 コンソメ★47 塩 白こしょう パセリ ししゃもフライ ししゃも パン粉 小麦粉 大豆たんぱく コーンフラワー でん粉(小麦) 塩 小麦・大豆 菜種油 アスパラガスサラダ キャベツ グリーンアスパラガス パプリカ(赤) オリーブ油 りんご酢★36 塩 白こしょう 砂糖	麦ご飯 みそ汁 豆腐★8 たまねぎ 油揚げ★9 わかめ 小松菜 天祥みそ★40 いりこ(だし用) 鶏の和風レモンソース煮 鶏肉 菜種油 しょうゆ★32 砂糖 でん粉(馬鈴薯) レモン汁 白ワイン たけのこの土佐煮 たけのこ にんじん しょうゆ★32 砂糖 みりん★41 菜種油 鰹節 さば コーンスターチ メンチカツ たまねぎ にんじん 枝豆 どうもろこし キャベツ 鶏肉 豚肉 パン粉 でん粉(馬鈴薯) 粒状植物性たん白 しょうゆ 砂糖 塩 しょうが 黒こしょう 米粉加工品 大豆油 炭酸カルシウム ピロリン酸第二鉄 加工でん粉(どうもろこし) 小麦・大豆 鶏肉・豚肉 菜種油 ひじきの煮物 芽ひじき れんこん水煮 れんこん ビタミンC クエン酸 塩 油揚げ★9 むき枝豆★15 しょうゆ★32 みりん★41 砂糖 菜種油	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 鶏肉 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★15 三温糖 しょうゆ★32 みりん★41 酒 菜種油 マヨいりこ いりこ ノンエッグマヨネーズ★53 砂糖 白こま 海藻サラダ もやし きゅうり 海藻サラダ★26 青じそドレッシング★50	わかめ麦ご飯 こめむぎ うどん うどん類★2 鶏肉 たまねぎ にんじん 干しいたけ しょうゆ★32 塩 酒 いりこ(だし用) 油揚げ★9 砂糖 しょうゆ★32 しょうゆ★32 酒 みそだれ★52 ノンエッグマヨネーズ★53 みりん★41 レモン汁
エネルギー(kcal)	800		826	848	767	739	776	760
たんぱく質(g)	28.9		27.5	34.1	30.9	29.2	29.3	27.0
脂質(g)	20.9		24.9	26.2	28.6	21.3	20.6	21.6

日	2021/4/20	2021/4/21	2021/4/22	2021/4/23	2021/4/26	2021/4/27	2021/4/28	2021/4/30
曜	火	水	木	金	月	火	水	金
献立	麦ご飯 こめむぎ チキンカレー 鶏肉 生姜 にんにく ゆでレンズ豆★12 たまねぎ にんじん じゃがいも グリーンピース 薄力粉 菜種油 カレー粉 カレーウ★30 ウスターソース★34 しょうゆ★32 塩 白こしょう 福神漬★28 フルーツミックス みかんレトルト★65 パインレトルト★66 黄桃レトルト★67	普通パン★79 スパゲッティミートソース スパゲッティ★1	麦ご飯 春雨スープ 緑豆春雨 豚肉 酒 干しいたけ にんじん チンゲン菜 鶏がらスープ★49 うすくちしょうゆ★33 白こしょう ホキの大豆がらめ ホキ角切粉付 ホキ コーンスターチ ※さけ・さば・いか ほうれん草のサラダ ほうれん草 どうもろこし ノンエッグマヨネーズ★53 白こしょう 塩 りんご酢★36 カットりんご りんご 塩 ビタミンC pH調整剤 りんご	麦ご飯 みそ汁 ミニ絹厚揚げ★11 じゃがいも 小松菜 天祥みそ★40 いりこ(だし用) ハンバーグ ハンバーグキャップソース 鶏肉 たまねぎ 粒状植物性たん白 豚肉 鶏肉 たまねぎ コーンスターチ メンチカツ 難消化性デキストリン 果糖ぶどう糖液糖 でん粉(どうもろこし) 粉末状植物性たん白 ドロマイト ぶどう糖加工品 ポーキエキス 発酵調味料 塩 加工油脂 酵母エキス チキンブイヨン 加工でん粉(タピオカ) クエン酸鉄ナトリウム 豚肉・鶏肉・大豆 菜種油 トマトケチャップ★42 ウスターソース★34 赤ワイン 砂糖 でん粉(馬鈴薯) 春野菜の炒め物 キャベツ にんじん たけのこ 塩 白こしょう コンソメ★47 菜種油	麦ご飯 みそ汁 つみれ★19 たまねぎ にんじん 干しいたけ えのきたけ たまねぎ 菜ねぎ 酒 塩 うすくちしょうゆ★33 鰹節(だし用) 昆布(だし用) メンチカツ たまねぎ にんじん 枝豆 どうもろこし キャベツ 鶏肉 豚肉 パン粉 でん粉(馬鈴薯) 粒状植物性たん白 しょうゆ 砂糖 塩 しょうが 黒こしょう 米粉加工品 大豆油 炭酸カルシウム ピロリン酸第二鉄 加工でん粉(どうもろこし) 小麦・大豆 鶏肉 菜種油 ひじきの煮物 芽ひじき れんこん水煮 れんこん ビタミンC クエン酸 塩 油揚げ★9 むき枝豆★15 しょうゆ★32 みりん★41 砂糖 菜種油	麦ご飯 みそ汁 たまねぎ キャベツ えのきたけ うずら豆 ミニ絹厚揚げ★11 天祥みそ★40 いりこ(だし用) 鯖のごまソースかけ さば切身粉付 さば コーンスターチ メンチカツ さば ※さけ・いか 菜種油 塩 白こま ウスターソース★34 砂糖 小松菜の和え物 小松菜 にんじん もやし しょうゆ★32 みりん★41	麦ご飯 ポークビーンズ 豚肉 白ワイン 白いんげん豆 赤いんげん豆 うずら豆 ひよこ豆 大豆 じゃがいも にんじん たまねぎ トマト水煮★43 トマトケチャップ★42 ウスターソース★34 砂糖 キャベツのソテー どうもろこし キャベツ ほうれん草 塩 コンソメ★47 白こしょう 菜種油 カットりんご りんご 塩 ビタミンC pH調整剤 りんご 一食ミルメーヨーヨー★55 塩 菜種油 パーム油 ソルビトール 膨張剤 乳化剤 小麦 ※えび かに 菜種油	たけのこご飯の具 鶏肉 たけのこ にんじん 油揚げ★9 干しいたけ むき枝豆★15 しょうゆ★32 みりん★41 砂糖 じゃがもちのすまし汁 おじゃがもち じゃがいも 加工でん粉(キャッサバ) でん粉(馬鈴薯) 塩 グルコマンナン ほうれん草 しめじ 塩 しょうゆ★32 いりこ(だし用) 白身魚の磯の香天ぷら ホキ 小麦粉 でん粉(コーンスターチ) コーンフラワー おさか 塩 菜種油 パーム油 ソルビトール 膨張剤 乳化剤 小麦 ※えび かに 菜種油
エネルギー(kcal)	807	753	778	794	823	755	739	822
たんぱく質(g)	24.0	24.0	28.6	27.3	26.3	27.2	30.3	29.9
脂質(g)	17.5	21.1	23.0	23.8	28.5	24.2	21.9	27.4