

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるもとになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるもとになる食品（緑）	おもにエネルギーになる食品（黄）	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
1 (月)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		685
	春巻き	豚肉	にんじん たまねぎ キャベツ しょうが しいたけ	小麦粉 春雨 でん粉 砂糖 米粉 油	しょうゆ	20.1
	マーボーナス	豚肉 味噌	にんじん なす たまねぎ しいたけ に んにく しょうが	砂糖 でん粉 油 ごま油	酒 トウバンジャン テン メンジャン しょうゆ	26.1
	わかめスープ	鶏肉 わかめ	にんじん ねぎ たまねぎ	ごま油	酒 しょうゆ 鶏がら	263
2 (火)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		557
	豚肉のにんにく醤油炒め	豚肉	たまねぎ にんにく	砂糖 でん粉 油	しょうゆ みりん	25.5
	梅おかかあえ	かつお節	キャベツ きゅうり もやし		ねり梅 しょうゆ	14.0
	けんちん汁	豆腐	にんじん ねぎ しいたけ こんにやく ごぼう	じゃがいも	しょうゆ 酒 煮干し	335
3 (水)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		610
	ガバオライスの具	鶏肉	ピーマン パプリカ バジル にんにく たまねぎ しめじ	砂糖 油 ごま油	酒 オイスターソース しょうゆ みりん	24.3
	ツナサラダ	まぐろ油漬け ひじき	にんじん キャベツ きゅうり	ドレッシング		18.9
	たまごとコーンのスープ	卵	にんじん バセリ とうもろこし たまね ぎ	でん粉	しょうゆ 酒 鶏がら	280
4 (木)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		656
	あじの更紗揚げ	あじ	にんにく しょうが	米粉 でん粉 油	しょうゆ 酒 カレー粉	32.0
	チンジャオロース	豚肉	にんじん パプリカ ピーマン たけのこ にんにく しょうが	でん粉 油 ごま油	オイスターソース しょう ゆ 酒 みりん	20.2
	じゃがいものみそ汁	厚揚げ 味噌 わかめ	ねぎ たまねぎ	じゃがいも	煮干し 酒	280
5 (金)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		576
	お星さまハンバーグ	鶏肉 豚肉	たまねぎ にんにく しょうが	砂糖 じゃがいも でん粉 油	ケチャップ 酒 みりん しょうゆ	22.1
	ごまあえ		ほうれん草 にんじん キャベツ 切干大 根	砂糖 練りごま ごま	しょうゆ	14.9
	セタ汁	豆腐 魚そうめん	オクラ たまねぎ えのき		酒 しょうゆ かつお節 だし昆布	489
8 (月)	牛乳	牛乳				
	ご飯			米		657
	肉団子の甘酢あんかけ	牛肉 豚肉 鶏肉	たまねぎ	パン粉 でん粉 砂糖 油	しょうゆ ケチャップ 酢 チキンブイヨン	23.9
	ビーフン炒め	豚肉	にんじん ねぎ キャベツ とうもろこし	ビーフン ごま油	酒 鶏がら しょうゆ	20.3
	とうがんのスープ	鶏肉 厚揚げ	にんじん ねぎ とうがん しいたけ		しょうゆ 酒 鶏がら	261
9 (火)	牛乳	牛乳				
	ゆかりご飯		赤しそ	米 砂糖		551
	きゅうりとわかめの酢の物	わかめ	にんじん きゅうり	砂糖	酢 しょうゆ	18.4
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 厚揚げ	にんじん きぬさや たまねぎ こんにゃ く しいたけ	じゃがいも 砂糖	酒 みりん しょうゆ	11.6
						271
10 (水)	牛乳	牛乳				
	麦ご飯			米 麦		700
	夏野菜カレー	牛肉 大豆	にんじん トマト ピーマン しょうが にんにく たまねぎ なす りんご	油	赤ワイン カレールー ケチャッ プ チャツネ ウスターソース しょうゆ カレー粉	22.8
	豆と野菜のサラダ	鶏肉 ひよこ豆	枝豆 とうもろこし きゅうり キャベツ えんどう豆 赤いんげん豆	ドレッシング		21.1

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルギーは、週間献立表と原材料及びアレルギー表示一覧でご確認ください

日 (曜)	献立名	献 立 材 料 名				
		おもに体をつくるものになる食品（赤）	おもに体の調子を整えるものになる食品（緑）	おもにエネルギーになる食品（黄）	調味料等	エネルギーたんぱく質脂質カルシウム
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・種実類・油脂類		
	さくらんぼゼリー			さくらんぼゼリー		333
11 (木)	牛乳	牛乳				654
	ご飯			米		
	あじのピザソース焼き	あじ チーズ	ピーマン たまねぎ		白ワイン ピザソース ケチャップ 酒	25.3
	かぼちゃサラダ		かぼちゃ にんじん 枝豆 きゅうり	ノンエッグマヨネーズ		21.6
	野菜スープ	ウインナー	にんじん パセリ たまねぎ キャベツ にんにく	じゃがいも 油	酒 鶏がら	345
12 (金)	牛乳	牛乳				642
	ご飯			米		
	チキン南蛮	鶏肉		米粉 でん粉 砂糖 油	酒 酢 しょうゆ	24.3
	磯煮	大豆 さつまあげ ひじき	にんじん 枝豆 こんにやく	砂糖 油	しょうゆ みりん 煮干し	21.1
	なすとおくらのみそ汁	厚揚げ 味噌	オクラ なす たまねぎ えのき	ごま油	酒 煮干し	295
16 (火)	牛乳	牛乳				681
	ご飯			米		
	鶏肉のレモンソースかけ	鶏肉	レモン	米粉 でん粉 砂糖 油	酒 酢 しょうゆ みりん	23.3
	マカロニサラダ	まぐろ油漬け	きゅうり キャベツ	マカロニ ドレッシング		25.4
	春雨スープ	鶏肉	にら にんじん ねぎ たまねぎ にんにく きくらげ	パン粉 砂糖 春雨 油 ごま油	しょうゆ オイスターソース 酒 しょうゆ 鶏がら	253
17 (水)	牛乳	牛乳				661
	麦ご飯			米 麦		
	豚キムチ丼の具	豚肉	白菜キムチ たまねぎ	油 ごま油	酒 しょうゆ みりん	27.8
	ごぼうサラダ		ごぼう きゅうり キャベツ	ごま ノンエッグマヨネーズ 練りごま	しょうゆ	22.1
	にらたま汁	卵 豆腐	にら たまねぎ しいたけ	でん粉	酒 しょうゆ 煮干し だし昆布	344
18 (木)	牛乳	牛乳				671
	ご飯			米		
	さばの竜田揚げ	さば	しょうが	でん粉 米粉 油	酒 しょうゆ	29.0
	切干大根のピリ辛炒め	豚肉	にんじん にら 切干大根 エリンギ にんにく	油	酒 しょうゆ オイスターソース トウバンジャン 鶏がら	22.5
	呉汁	大豆 豆腐 油揚げ 味噌	にんじん ねぎ ごぼう 大根		煮干し 酒	371
19 (金)	牛乳	牛乳				571
	コッペパン			コッペパン		
	グリルチキン	鶏肉	にんにく		酒	25.8
	ラタトゥイユ	ベーコン	にんじん ピーマン トマト たまねぎ なす ズッキーニ にんにく	米粉 オリーブ油	白ワイン コンソメ	25.9
	コーンスープ	牛乳 生クリーム	にんじん パセリ たまねぎ とうもろこし	じゃがいも 油	ポータージュベース 酒 鶏がら	297

調味料の塩、こしょうの表示はしていません