

※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					エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム
		おもに体をつくるものとなる 食品（赤）	おもに体の調子を整えるものとなる 食品（緑）	おもにエネルギーになる 食品（黄）	調味料等		
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・雑実類・油脂類			
(月)	牛乳	牛乳					561
	ちらし寿司		にんじん たけのこ れんこん しいたけ かんぴょう	米 砂糖	酢 しょうゆ みりん		
	花型豆腐ハンバーグ	鶏肉 豆腐 おから	にんじん 玉ねぎ にんにく 生姜	砂糖 でん粉 油	しょうゆ	22.2	
	菜の花のおひたし	鶏肉	菜の花 キャベツ もやし	砂糖	しょうゆ	12.8	
	えび団子のすまし汁	えび団子 豆腐	ねぎ 玉ねぎ しいたけ		しょうゆ 酒 煮干し	445	
(火)	牛乳	牛乳					696
	ご飯			米			
	鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉	にんにく 生姜	マーマレード	しょうゆ	23.0	
	ポテトサラダ		にんじん きゅうり とうもろこし	じゃがいも 砂糖 ノンエッ グマヨネーズ		24.7	
	ミネストローネ	ベーコン	にんじん バセリ トマト 玉ねぎ キャ ベツ セロリ にんにく ひよこ豆 青え んどう豆 赤いんげん豆	マカロニ 砂糖 油	ローレル ウスターソース 鶏がら トマトソース	262	
(水)	牛乳	牛乳					588
	ご飯	唐津ん魚の日		米			
	あじの更紗揚げ	あじ	にんにく 生姜	米粉 でん粉 油	酒 しょうゆ カレー粉	24.8	
	こんにゃくの炒め物	豚肉	にんじん 小松菜 こんにゃく とうもろ こし	砂糖 ごま油	酒 しょうゆ	17.3	
	キャベツと厚揚げのみそ汁	厚揚げ みそ わかめ	ねぎ キャベツ 玉ねぎ えのきたけ		煮干し	311	
(木)	牛乳	牛乳					742
	ご飯			米			
	ボークカレー	豚肉 大豆	にんじん 生姜 にんにく 玉ねぎ りん ご	じゃがいも 油	赤ワイン カレールウ デ ミグラスソース ケチャッ プ チャツネ ウスター ソース	23.7	
	海藻サラダ	わかめ 茎わかめ 昆布 とさか のり ふのり	にんじん キャベツ きゅうり とうも ろこし	ドレッシング	ドレッシング	26.7	
	お祝いデザート(クレープ)			クレープ		293	
(金)	牛乳	牛乳					588
	ご飯			米			
	厚焼き卵	卵		でん粉 砂糖 油	しょうゆ 煮干し	20.9	
	ひじきの甘酢あえ	かに風味かまぼこ ひじき	にんじん きゅうり	砂糖	酢 しょうゆ	14.1	
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉 厚揚げ	にんじん 枝豆 玉ねぎ こんにゃく し いたけ	じゃがいも 砂糖	酒 みりん しょうゆ	284	
(月)	牛乳	牛乳					516
	ご飯			米			
	つくね	鶏肉	ねぎ たまねぎ	パン粉 でん粉 砂糖 油	しょうゆ 酒	16.1	
	れんこんサラダ		赤パプリカ れんこん きゅうり とうも ろこし	ノンエッグマヨネーズ	しょうゆ	15.6	
	野菜スープ	豚肉	にんじん 玉ねぎ 白菜 セロリ しめ じ にんにく		酒 しょうゆ 鶏がら	258	
(火)	牛乳	牛乳					603
	ご飯			米			
	麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ	にんじん ねぎ 生姜 にんにく 玉ねぎ しいたけ	砂糖 でん粉 油 ごま油	酒 チキンブイヨン トウ バンジャン テンメンジャン しょうゆ	26.3	
	もやしの中華あえ	鶏肉	にんじん ほうれん草 もやし	砂糖 ごま油	酢 しょうゆ	17.0	
	パリッシュ	かたくちいわし		砂糖 水あめ		560	

※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				調味料等	エネルギー たんぱく質 脂質 カルシウム
		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)			
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・雑実類・油類類			
(水)	牛乳	牛乳					625
	ご飯			米			
	いわしの梅味噌煮	いわし みそ	しそ 梅	砂糖 米粉	みりん		25.0
	五目きんぴら	豚肉 茎わかめ	にんじん 枝豆 ごぼう こんにゃく	砂糖 油 ごま ごま油	酒 みりん しょうゆ		20.5
	かきたま汁	卵 かまぼこ	にんじん ほうれん草 玉ねぎ	でん粉	酒 しょうゆ 煮干し だし昆布		391
(木)	牛乳	牛乳					634
	ご飯			米			
	チキン南蛮	鶏肉		小麦粉 砂糖 油	酒 しょうゆ 酢		28.9
	野菜のアーモンドあえ		ほうれん草 にんじん キャベツ もやし	砂糖 アーモンド	しょうゆ		21.1
	沢煮椀	豚肉	にんじん ねぎ ごぼう たけのこ しいたけ 玉ねぎ		酒 しょうゆ 煮干し		285
(金)	牛乳	牛乳					699
	コッペパン			コッペパン			
	ウインナー	ウインナー					25.2
	フレンチサラダ	まぐろ油漬け	赤パプリカ アスパラガス キャベツ きゅうり		ドレッシング		41.4
	コーンポタージュ	ベーコン 牛乳 生クリーム	にんじん パセリ 玉ねぎ とうもろこし	じゃがいも	ポタージュベース 鶏がら		310
(月)	牛乳	牛乳					616
	ご飯			米			
	ドライカレー	豚肉 鶏肉	にんじん トマト にんにく 生姜 玉ねぎ レンズ豆	油	カレー粉 カレールウ しょうゆ 赤ワイン ウスターソース		25.9
	ベーコンとキャベツのスープ	ベーコン 卵	にんじん ブロッコリー キャベツ 玉ねぎ とうもろこし	油	しょうゆ チキンブイヨン 鶏がら		20.7
							282
(火)	牛乳	牛乳					628
	ご飯			米			
	しゅうまい	鶏肉 豚肉 大豆	玉ねぎ にんにく 生姜	でん粉 砂糖 小麦粉	チキンブイヨン しょうゆ		23.8
	甘酢あえ	ハム	にんじん キャベツ きゅうり	春雨 砂糖	酢 しょうゆ		14.7
	肉じゃが	豚肉 厚揚げ	にんじん 絹さや 生姜 玉ねぎ こんにゃく しいたけ	じゃがいも 砂糖 油	酒 しょうゆ みりん		281
(水)	牛乳	牛乳					594
	ご飯			米			
	赤魚の唐揚げ	赤魚		米粉 でん粉 油	酒		25.3
	磯香あえ	のり	ほうれん草 にんじん キャベツ もやし	砂糖 ごま	しょうゆ		17.4
	豚汁	豚肉 厚揚げ みそ	にんじん ねぎ こんにゃく ごぼう 大根	じゃがいも	酒 煮干し		292
(金)	牛乳	牛乳					658
	麦ご飯			米 麦			
	ボークハヤシ	豚肉	にんじん グリーンピース トマト にんにく 玉ねぎ マッシュルーム	油	赤ワイン チキンブイヨン ハヤシルウ デミグラスソース ケチャップ ウスターソース		23.4
	マカロニサラダ	まぐろ油漬け	にんじん きゅうり とうもろこし	マカロニ ドレッシング			19.9
							259

調味料の塩、こしょうの表示はしていません