

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、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	エネルギーたんば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 (火)	牛乳	牛乳				554
	ご飯			米		
	納豆	納豆				21.8
	じゃがいものそぼろ煮	鶏肉	にんじん 枝豆 しょうが たまねぎ 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	14.4
	かきたま汁	卵 豆腐	こまつな たまねぎ えのき	でん粉	酒 しょうゆ 出し昆布煮干し	341
2 (水)	牛乳	牛乳				618
	ご飯			米		
	赤魚の唐揚げ	あかうお		米粉 でん粉 油	酒	22.4
	かぼちゃサラダ		かぼちゃ 枝豆 にんじん きゅうり	ノンエッグマヨネーズ		21.8
	春雨スープ	豚肉	にんじん チンゲンサイ たまねぎ きくらげ	春雨	酒 しょうゆ 鶏がら	275
3 (木)	牛乳	牛乳				552
	ご飯			米		
	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	25.2
	梅おかかあえ	かつお節	キャベツ きゅうり もやし	砂糖	しょうゆ ねり梅	15.5
	けんちん汁	豆腐 油揚げ	にんじん ねぎ しいたけ こんにゃく ごぼう	じゃがいも	しょうゆ 酒 煮干し	347
4 (金)	牛乳	牛乳				654
	ご飯			米		
	ドライカレー	豚肉 鶏肉 レンズ豆	にんじん トマト にんにく しょうが たまねぎ	油	カレー粉 カレールー しょうゆ 赤ワイン ウスターソース	24.9
	れんこんとひじきのサラダ	まぐろ油漬け ひじき	レモン れんこん きゅうり とうもろこし	ドレッシング		24.5
	オニオンスープ	ベーコン	にんじん パセリ たまねぎ キャベツ セロリ にんにく		しょうゆ 鶏がら	286
7 (月)	牛乳	牛乳				552
	ご飯			米		
	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	21.6
	野菜のごまあえ		ほうれん草 にんじん キャベツ もやし	砂糖 ねりごま ごま	しょうゆ	15.6
	たなばた汁	豆腐 魚そうめん わかめ	たまねぎ しいたけ オクラ		酒 しょうゆ 出し昆布煮干し	488
8 (火)	牛乳	牛乳				667
	ご飯			米		
	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	20.0
	マーボーナス	豚肉 みそ	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 甜面醬 しょうゆ チキンブイヨン	24.8
	卵とコーンのスープ	卵	にんじん パセリ とうもろこし たまねぎ	でん粉	しょうゆ 酒 鶏がら	264
9 (水)	牛乳	牛乳				527
	ご飯			米		
	鶏肉の塩こうじ焼き	鶏肉	にんにく		塩こうじ 酒	25.3
	中華風酢の物	ハム	にんじん きゅうり きくらげ	春雨 砂糖 ごま油	酢 しょうゆ	12.7
	五目スープ	豚肉 豆腐	にんじん チンゲンサイ たまねぎ たけのこ もやし		酒 しょうゆ 鶏がら	294
10 (木)	牛乳	牛乳				584
	ご飯	唐津ん魚の日		米		
	あじの南蛮漬け	あじ	たまねぎ	でん粉 米粉 砂糖 油 ごま油	酒 酢 しょうゆ 唐辛子	24.3
	ゆかりあえ		にんじん 赤しそ きゅうり キャベツ もやし		しょうゆ	17.1
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ みそ わかめ	たまねぎ しめじ	じゃがいも	煮干し	289

※食物アレルギー確認用ではありません。アレルゲンは、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		
11 (金)	牛乳	牛乳				603
	コッペパン			コッペパン		
	ペンネミートソース	牛肉 豚肉 大豆	にんじん トマト ピーマン にんにく たまねぎ	マカロニ 砂糖 油	赤ワイン ケチャップ ウ スターソース	23.7
	海藻サラダ	わかめ 昆布 茎わかめ とさか のり ふのり	にんじん きゅうり キャベツ とうもろ こし	ドレッシング	ドレッシング	19.9
	豆乳パンナコッタ			パンナコッタ		425
14 (月)	牛乳	牛乳				567
	ご飯			米		
	あじフライ	あじ		パン粉 小麦粉 油		23.3
	のり酢あえ	鶏肉 のり	こまつな にんじん キャベツ		しょうゆ 酢	17.6
	なすのみそ汁	豆腐 油揚げ みそ	ねぎ なす たまねぎ えのき		煮干し 酒	414
15 (火)	牛乳	牛乳				593
	ご飯			米		
	ミートボールの甘酢あんかけ	鶏肉 豚肉	たまねぎ	パン粉 でん粉 砂糖	ナツメグ 酢 しょうゆ ケチャップ 中華味	22.3
	ごぼうサラダ	まぐろ油漬け	きゅうり キャベツ とうもろこし ごぼ う	ドレッシング	しょうゆ	19.8
	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	ごま油	しょうゆ 酒 鶏がら	371
16 (水)	牛乳	牛乳				608
	ご飯			米		
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉	にんにく しょうが	米粉 でん粉 油	酒	24.9
	野菜のアーモンドあえ		ほうれん草 にんじん もやし	砂糖 アーモンド	しょうゆ	21.0
	ミネストローネ	ベーコン	にんじん パセリ トマト たまねぎ キャベツ セロリ ひよこ豆 青えんどう 豆 にんにく 赤いんげん豆	マカロニ 砂糖 油	ウスターソース ローレル トマトソース 鶏がら	277
17 (木)	牛乳	牛乳				623
	麦ご飯			米 麦		
	夏野菜カレー	豚肉	にんじん かぼちゃ ピーマン しょう が にんにく たまねぎ りんご なす	油	赤ワイン カレールー デ ミグラスソース ケチャッ プ チャツネ ウスター ソース	19.7
	コールスローサラダ		キャベツ きゅうり とうもろこし レモ ン	ノンエッグマヨネーズ		21.1
						271
18 (金)	牛乳	牛乳				553
	ご飯			米		
	焼肉ソテー	豚肉 みそ	にんじん にら しょうが にんにく た まねぎ キャベツ	油 ごま ごま油	酒 しょうゆ みりん ト ウバンジャン	27.1
	わかめスープ	豆腐 わかめ	にんじん ねぎ たまねぎ もやし		しょうゆ チキンブイヨン 鶏がら	15.4
	かりかりいりこ	いりこ		砂糖 ごま	しょうゆ みりん	468

調味料の塩、こしょうの表示はしていません