

— 今月の給食目標 — 体のことを考えて食べよう

【食物アレルギー特定原材料について】

卵抜き竹輪を使用していますが、工場の同一製造ラインで卵を使った製品も製造されています。

加工食品の後のかっこ内は、アレルギー物質となる特定原材料（えび・かに・くるみ・卵・乳・小麦・そば・落花生）です。

ちりめんじゃこは網で漁をするため、えびやいかなどが混入する可能性があります。

いりこやししゃもは小型のえび、かに、いかなどを食べている可能性があります。

パン（コッパン・食パン等）には乳が使われています。卵は使われていません。

Table with columns: 日曜, 献立に よせて, 献立名, 食品名 ※献立や食材は都合によりかわる事があります※, 調味料・だし, エネルギー (kcal), たんぱく質 (g), 脂質 (g). Rows include dates from 8/30 to 13 and various food items like 2がっきの きゅうしょくが はじまりました, ミニミルクパン, ごはん, etc.

日曜	献立によせて	献立名	食 品 名 (かわる事があります)			ちようみりよう調味料	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	シシツ 脂質 (g)
			主に 体をつくるものになる	主に エネルギーのもとになる	主に 体の調子を整える				
14 木	ただしい しせいで たべよう	ミルクパン		ミルクパン(小麦・乳)			592	26.8	18.1
		牛乳	牛乳						
		トマトクリームスープ	とりにく ぎゆうにゆう(乳) いんげんピューレ	シチュールウ(小麦・乳) じゃがいも なまクリーム(乳)	たまねぎ にんじん パセリ トマトジュース トマト缶 にんにく	こしょう しお			
		もやしとコーンのバターソテー まめによるこぶ	まめによるこぶ(小麦)	バター(乳)	もやし コーン ほうれんそう しめじ	しお こしょう			
15 金	ピーマンに ついてしろう	ごはん		ごはん			618	22.2	19.3
		牛乳	牛乳						
		ピーマンのにくづめ	ぶたにく しろいんげんまめ	はくりきこ(小麦) さとう	ピーマン たまねぎ にんにく	さけ しお しょうゆ ソース ケチャップ ワイン			
		ごみあえ みそしる	とうふ みそ あぶらあげ	ごま	たくあん きゅうり キャベツ たまねぎ にんじん しめじ ねぎ	しょうゆ いりこだし			
18 月	(祝日) 敬老の日								
19 火	せんいくんの 日です  おなかの ちようしを よくしろう	ミニミルクパン		ミニミルクパン(小麦・乳)			640	25.5	22.7
		牛乳	牛乳						
		たんたんめん	ぶたにく みそ	ちゅうかめん(小麦) もちむぎ ラーゆ ごまあぶら ねりごま さとう	にんにく たまねぎ ちんげんさい もやし にんじん たけのこ きくらげ	しょうゆ けいとんたん しょうゆ みりん しお こしょう たらスープ さけ			
		おからサラダ	おから ヨーグルト(乳) ハム	マヨネーズふうソース(卵なし)	えだまめ コーン きゅうり	しょうゆ みりん			
20 水	3つの たべものの なかまについて しろう	ごはん		ごはん			628	24.4	20.6
		牛乳	牛乳						
		ぶたにくとやさいのしょうがいため	ぶたにく	さとう あぶら	たまねぎ キャベツ にんじん しょうが りんご	しょうゆ みりん			
		あおのりポテト ごもくじる	あおのり あつあげ みそ	じゃがいも バター(乳)	ごぼう こんにやく にんじん ねぎ しめじ	しお いりこ けずりぶし			
21 木	よくかんで たべよう	ミルクパン		ミルクパン(小麦・乳)			662	27.1	20.8
		牛乳	牛乳						
		チリコンカーン	ぶたにく だいず ひよこまめ あかみそ	じゃがいも さとう あぶら もちむぎ	たまねぎ にんじん パセリ トマトピューレ	チキンブイヨン しお さけ こしょう チリパウダー ケチャップ			
		やさいのソテー	ベーコン	あぶら	キャベツ、ピーマン、にんじん	しお こしょう やさいだし			
22 金	とうがんに ついてしろう	ごはん		ごはん			668	26.1	20.3
		牛乳	牛乳						
		かんこくふうやきさば きりぼしだいこんのサラダ	さば	ごま ごまあぶら さとう	ねぎ しょうが にんにく きりぼしだいこん きゅうり もやし にんじん きくらげ	しょうゆ さけ す しょうゆ			
		とうがんのスープ	ベーコン カットわかめ とうふ		とうがん たまねぎ にんじん こまつな	しょうゆしお こしょう けいとんたん こんぶ			
25 月	ていねいな てあらいを しろう	ごはん		ごはん			612	20.2	15.6
		牛乳	牛乳						
		さんまのレモンかぼすに		さんまのレモンかぼすに(小麦)					
		ピーマンとこんにやくのいりに みそしる	ぶたにく あぶらあげ みそ	つきこんにやく ごま ごまあぶら さとう	ピーマン にんじん かぼちゃ たまねぎ なす こまつな	しょうゆ とうがらし いりこだし			
26 火	タンドリー チキンを あじわおう	しよくパン		しよくパン(小麦・乳)			610	21.2	21.8
		牛乳	牛乳						
		タンドリーチキン	とりにく ヨーグルト(乳)	さとう あぶら	しょうが にんにく	カレーこしお こしょう パプリカ ケチャップ			
		グリーンサラダ ベジタブルスープ	ベーコン	あぶら さとう じゃがいも	キャベツ きゅうり にんじん たまねぎ にんじん セロリー にんにく	しょうゆ しろワイン しお す しお こしょう だしこんぶ しょうゆ やさいだし ワイン			
27 水	さがしの ごとうちグルメ シシリアンライス を あじわおう	ごはん		ごはん			610	21.2	21.8
		牛乳	牛乳						
		シシリアンライスのぐ ゆでやさい いっしょくマヨネーズ	ぶたにく	あぶら いっしょくマヨネーズふうソース(卵なし)	たまねぎ しめじ しょうが にんにく キャベツ きゅうり にんじん	しょうゆ みりん さけ			
		とりとやさいのスープ	とりにく	じゃがいも オリーブゆ	はくさい たまねぎ にんじん えのき パセリ	しょうゆ しお こしょう こんぶ やさいだし			
28 木	振 替 休 日								
29 金	じゅうごやの ぎょうじしよく です	ごはん		ごはん			640	22.7	20.3
		牛乳	牛乳						
		チキンチキンごぼう おつきみじる	とりにく かまぼこ	かたくりこ あぶら さとう しらたまこ	ごぼう えだまめ かぼちゃピューレ はくさい	さけ しょうゆ みりん しょうゆ さけ みりん しお いりこ			
		おつきみせりー		おつきみせりー					