

※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覽でご確認ください

日 (期)		献立名	献 立 材 料 名				アレルギー 表示 の シ ム
			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	
			牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・雑穀類・油脂類		
(木)	牛乳 麦ご飯	牛乳			米 麦		681
	キーマカレー	豚肉 鶏肉 大豆	にんじん しょうが にんにく たまねぎ りんご	じゃがいも 油	赤ワイン カレールー デミ グラスソース ケチャップ ウスターソース チャツネ		21.9
	海藻サラダ	わかめ くきわかめ 昆布 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	ノンオイルドレッシング		22.1
							286
(金)	牛乳 ご飯	牛乳			米		645
	鶏肉の唐揚げ	鶏肉			米粉 でん粉 油	酒	25.7
	磯煮	豚肉 大豆 ひじき	にんじん 枝豆 こんにゃく	砂糖 油	酒 しょうゆ みりん 煮干 したし		20.7
	つみれ汁	つみれ	にんじん ねぎ ごぼう だいこん		酒 しょうゆ 煮干し		288
(月)	牛乳 ご飯	牛乳			米		559
	ルーローハンの具	豚肉	たまねぎ たけのこ にんにく しょうが	油	酒 しょうゆ オイスター ソース		23.9
	小松菜のたくあんあえ		こまつな にんじん たくあん	ごま	しょうゆ		15.0
	野菜スープ	鶏肉	にんじん パセリ たまねぎ キャベツ にんにく		酒 しょうゆ 鶏がら		329
(火)	牛乳 ご飯	牛乳			米		634
	鶏肉の香草焼き	鶏肉				酒 香草焼きの素	23.9
	ポテトサラダ	ハム	にんじん 枝豆 きゅうり	じゃがいも ノンエッグマ ヨネーズ			22.4
	大根のスープ	豚肉	にんじん にら だいこん はくさい しいたけ しょうが	ごま油	酒 しょうゆ 鶏がら		258
(水)	牛乳 ひじきご飯	牛乳 ひじき しらす	広島菜 京菜 大根菜	米 砂糖 でん粉	しょうゆ かつお節		593
	筑前煮	鶏肉	にんじん 枝豆 ごぼう こんにゃく れんこん しいたけ	さといも 砂糖 油	酒 しょうゆ みりん 煮干 したし		23.2
	えび団子汁	豆腐 えび団子 わかめ	ねぎ たまねぎ		酒 しょうゆ 煮干し		15.7
							334
(木)	牛乳 ご飯	牛乳			米		641
	赤魚のもみじ焼き	赤魚	にんじん	ノンエッグマヨネーズ	酒		25.8
	ゆかりあえ		にんじん 赤しそ キャベツ もやし	砂糖	しょうゆ		19.9
	根菜ごま汁	豚肉 油揚げ みそ	にんじん ねぎ ごぼう こんにゃく れんこん	さつまいも ごま	酒 煮干し		302
(金)	牛乳 黒糖パン	牛乳			黒糖パン		661
	ペンネミートソース	豚肉 牛肉 大豆	にんじん ビーマン トマト 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		26.1
	豆と野菜のサラダ	鶏肉	枝豆 ひよこ豆 古えんどう豆 赤いんげん豆 と うもろこし きゅうり キャベツ	ノンエッグマヨネーズ	ノンオイルドレッシング		20.9
	ブルーベリーゼリー			ゼリー			313
(火)	牛乳 ご飯	牛乳			米		588
	焼肉ソテー	豚肉 みそ	にんじん にら しょうが にんにく もやし	ごま 油 ごま油	しょうゆ 酒 みりん トウ バンジャン		26.1
	ワンタンスープ	ハム	にんじん チンゲンサイ きくらげ たまねぎ	小麦粉 ごま油	酒 しょうゆ 鶏がら		15.3
	茹でとうもろこし		とうもろこし				271
(水)	牛乳 ご飯	牛乳			米		659
	鶏肉の甘酢かけ	鶏肉			米粉 でん粉 砂糖 油	酒 酢 しょうゆ	23.6
	きのこソテー	ベーコン	こまつな キャベツ とうもろこし しめじ エリ ンギ	油	しょうゆ		22.7
	じゃがいものみそ汁	豆腐 みそ わかめ	ねぎ たまねぎ	じゃがいも	煮干し		346
(木)	牛乳 ご飯	牛乳			米		605
	さんまの甘露煮	さんま			砂糖 でん粉	しょうゆ みりん	27.0
	チンゲンサイのおひたし	かつお節	チンゲンサイ にんじん もやし	砂糖	しょうゆ		18.8
	みぞれ汁	鶏肉 かまぼこ 厚揚げ	にんじん ねぎ はくさい しいたけ しょうが だいこん		酒 出し昆布 しょうゆ か つお節		373
(金)	牛乳 ご飯	牛乳			米		633
	しゅうまい	鶏肉 豚肉 大豆	たまねぎ しょうが にんにく	でん粉 砂糖 小麦粉	しょうゆ		27.8
	野菜のナムル		ほうれん草 にんじん もやし にんにく	ごま ごま油	しょうゆ トウバンジャン		19.2
	麻婆豆腐	豆腐 豚肉 みそ	にんじん ねぎ しょうが にんにく たまねぎ しいたけ	砂糖 でんぷん 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		579

※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

振替休日

日 (期)	献立名	献立材料名					アレルギー たんぱく質 油脂 グルテン
		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		
		牛乳・卵・肉・魚・大豆製品・海藻	野菜・きのこ・果物	穀物・いも類・雑穀類・油脂類			
19 (月)	牛乳 ご飯	牛乳		米			662
	あじフライ	あじ		パン粉 小麦粉 油			27.5
	のり酢あえ	まぐろ油漬け のり	こまつな にんじん キャベツ		しょうゆ 酢		21.3
	豚汁	豚肉 厚揚げ みそ	にんじん ねぎ ごぼう だいこん こんにゃく	さといも	酒 煮干し		409
20 (火)	牛乳 麦ご飯	牛乳		米 麦			657
	きのごカレー	鶏肉	にんじん グリンピース にんにく しょうが た まねぎ しめじ マッシュルーム	じゃがいも 油	赤ワイン カレールー チャ ツネ ウスターソース ケ チャップ		21.3
	和風サラダ	ハム	きゅうり キャベツ たまねぎ	ドレッシング			20.1
							269
21 (水)	牛乳 ご飯	牛乳		米			617
	さばの塩焼き	さば			酒		26.7
	春雨とひき肉の炒め物	豚肉	にんじん チンゲンサイ しょうが にんにく	春雨 砂糖 油 ごま油	酒 トウバンジャン しょう ゆ 鶏がらスープ		19.4
	もずくスープ	鶏肉 豆腐 もずく	にんじん ねぎ しいたけ たまねぎ		酒 しょうゆ 鶏がら		326
22 (木)	牛乳 ご飯	牛乳		米			582
	グリルチキン	鶏肉	にんにく		酒		24.6
	三色あえ	かまぼこ	ピーマン もやし	砂糖 ごま油	しょうゆ		17.1
	厚揚げのみそ汁	厚揚げ みそ わかめ	にんじん ねぎ えのき たまねぎ		煮干し		254
23 (金)	牛乳 コッペパン	牛乳		コッペパン			565
	なすとひき肉のスパゲティ	牛肉	トマト グリンピース なす たまねぎ マッシュ ルーム	スパゲティ 油	赤ワイン ケチャップ ウス ターソース		24.7
	ポトフ	ウインナー 鶏肉	にんじん ブロッコリー たまねぎ しめじ	じゃがいも	酒 しょうゆ 鶏がら		18.8
							281
26 (月)	牛乳 ご飯	牛乳		米			611
	ちくわの磯辺揚げ	竹輪 青さ		小麦粉 でん粉 油			18.9
	きんぴら	くきわかめ	にんじん 枝豆 ごぼう こんにゃく	砂糖 ごま ごま油	酒 しょうゆ みりん		19.2
	中華スープ	ハム	チンゲンサイ もやし きくらげ たまねぎ	ごま油	酒 しょうゆ 鶏がら		280
27 (火)	牛乳 ご飯	牛乳		米			584
	チンジャオロース	豚肉	にんじん パプリカ ピーマン にんにく しょう が たけのこ	でん粉 油 ごま油	オイスターソース しょうゆ みりん		28.6
	肉団子スープ	鶏肉 大豆	にんじん たまねぎ しょうが はくさい きくら げ	パン粉 でん粉 砂糖	酒 しょうゆ 鶏がら		15.5
	かりかりいりこ	かえりいりこ		砂糖 ごま	しょうゆ みりん		413
28 (水)	牛乳 ご飯	牛乳		米			707
	唐津バーグ	牛肉 豚肉 卵	たまねぎ	パン粉	ケチャップ ナツメグ		24.7
	コールスローサラダ		パプリカ キャベツ きゅうり とうもろこし	ドレッシング			29.2
	みそ汁	厚揚げ みそ	にんじん ねぎ たまねぎ	じゃがいも	煮干し		259
29 (木)	牛乳 ご飯	牛乳		米			611
	かぼちゃとさつまいものコロッケ	豚肉 豆乳 大豆	かぼちゃ ほうれん草 にんじん たまねぎ	じゃがいも さつまいも 砂 糖 パン粉 でん粉 油	白ワイン		18.9
	ツナとひじきのサラダ	まぐろ油漬け ひじき	にんじん レモン きゅうり キャベツ とうも ろこし		ノンオイルドレッシング		18.3
	春雨スープ	豚肉	にんじん こまつな たまねぎ きくらげ	春雨	酒 しょうゆ 鶏がら		373
30 (金)	牛乳 ご飯	牛乳		米			643
	赤魚のマヨネーズ焼き	赤魚	パセリ たまねぎ	ノンエックマヨネーズ	酒		28.3
	野菜のアーモンドあえ		ほうれん草 もやし キャベツ	砂糖 アーモンド	しょうゆ		21.8
	キムチ汁	豚肉 豆腐 みそ	にんじん ねぎ しめじ 白菜キムチ にんにく	ごま油	酒 みりん しょうゆ 煮干 し		359

調味料の塩、こしょうの表示はしていません