

A コース	B コース	C コース	献立名	食 材 料				アレルギー表示	栄養価	
			主食およびおかず	血や肉・骨になるもの (赤)	力やねつになるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)	調味料・その他	★義務 8品目	☆推奨 20品目	
全給食日			ぎゅうにゅう	ぎゅうにゅう				乳	—	
8 木 金	9 木 金		ミルクパン	ぎゅうにゅう だっしゅんにゅう	ミルクパン			塩 イースト	小麦 乳	
			たらとさつまいものあげに	たら (こなつき)	こめあぶら さつまいも さんあんどう	あおまめ		濃口 みりん	小麦 大豆	
			いろどりやさしいスープ	うおそうめん	にんじん たまねぎ スイートコーン しげじ ほれんそう	野菜ブイヨン 淡口 塩	みりん 塩		小麦 大豆	
8 木 金	9 木 金		しろごはん	ごめ				—	—	
			あつやきたまご	たまご	たいすゆ なたねあぶら さとう でんぶん		しょうゆ 塩	卵 小麦	大豆	
			れんこんのきんぴら	ちくわ	こめあぶら さんあんどう	ごぼう れんこん にんじん こんにゃく さやいんげん	濃口 みりん		小麦 大豆	
			ぞうに しょうがつりょうり	とりにく	にんじん だいすゆ なたねあぶら	かつおだし 昆布だし 酒 みりん	かつおだし 昆布だし 酒 みりん	小麦 鶏肉 大豆	21.1	
9 金	8 木		しろごはん	ごめ				—	—	
			ちくせんに しょうがつりょうり	さつまあげ	にんじん ごぼう こんにゃく ほししいだけ さやいんげん	濃口 淡口 みりん		小麦 鶏肉 大豆	588	
			こうはぐなます	あぶらあげ	たまねぎ にんじん ゆず	酢 淡口		小麦 大豆 ごま	22.5	
13 火 水	14 火 水		ミルクパン	ぎゅうにゅう だっしゅんにゅう	ミルクパン			塩 イースト	小麦 乳	
			チキンチキンごぼう	とりにく	ごぼう にんじん あおまめ	酒 濃口 みりん		小麦 鶏肉 大豆	611	
			チンゲンサイのスープ	いたかまぼこ	にんじん だいすゆ なたねあぶら		塩			
13 火 水	14 火 木		しろごはん	ごめ				—	—	
			マー婆ーどうふ	ぶたにく だいすみそ とうふ	さんあんどう でんぶん	たまねぎ にんじん ほししいだけ たけのこ にら	麻婆豆腐の素 濃口	小麦 豚肉 大豆 鶏肉 セラチン	616	
			もやしいため	さつまあげ	こめあぶら	りょくとう もやし キャベツ しめじ	にんにく 中華だし こしょう 塩	小麦 大豆	26.2	
14 水 木	15 木 金		チーズパン	だっしゅんにゅう ナチュラルチーズ	チーズパン			塩 イースト	小麦 乳	
			チキンカチャトラ	とりにく だいす とうにゅうクリーム	こめあぶら じゃがいも さんあんどう	たまねぎ にんじん エリンギ トマト バセリ	にんにく 白ワイン チキンスープ 丸鶏がらスープ ケチャップ ウスター デミグラス	小麦 鶏肉 大豆	28.5	
			ツナときりぼししたいこんのサラダ	まぐろみすに	たまごぶしようマヨネーズ さんあんどう	きりぼししたいこん きゅうり にんじん	淡口 醋	小麦 大豆	27.4	
15 木 金			しろごはん	ごめ				—	—	
			ヒレカツ	ヒレカツ	こめあぶら		しょうゆ 塩 香辛料	小麦 豚肉 大豆	678	
			やさいカレー	ぶたにく だいす	パンこ しょくぶつゆし でんぶん	たまねぎ にんじん あおまめ	にんにく Fカレー カレーニ 米粉のカレー ウスター	小麦 大豆	23.1	
16 金	13 火		グリーンサラダ	さんあんとう	きゅうり にんじん ブロッコリー		淡口 醋 青じそドレッシング	小麦 大豆		
			しろごはん	ごめ				—	—	
			みそおでん	ひむかちさんちしょのひさといも	どりにく あつあげ こんぶ あかもそ あけボール	さんあんとう さといも	だいこん にんじん こんにゃく	みりん 淡口 煮干だし 酒	小麦 鶏肉 大豆	
16 金	19 月		いなりサラダ	あぶらあげ	さんあんとう	だいこん にんじん こんにゃく	ごぼう たまねぎ にんじん	塩	小麦 大豆	
			19 月	こくとうパン	こくとうパン			—	—	
			ポークビーンズ	ぶたにく だいす	じゅうまいも さんあんとう	たまねぎ にんじん トマト やさいジュース	豚肉 大豆	606		
20 火	21 水		チーズサラダ	ナチュラルチーズ	さんあんとう	キャベツ きゅうり にんじん	酢 淡口 フレンチドレッシング	乳 小麦 大豆	26.3	
			しろごはん	ごめ				—	—	
			チキンなんばん(2c)	だいす こくこう	どりにく	でんぶん こめあぶら さんあんとう	塩 濃口 醋	小麦 鶏肉 大豆	679	
20 火	21 水		ノンエッグタルタルソース	だいす	ノンエッグタルタルソース	なたねあらら コーン油 バーム サウス みすあめ	ピクルス たまねぎ こんにゃく バセリ	小麦 大豆	25.8	
			ゆでキャベツ	まぐろ	さんあんとう	キャベツ きゅうり	酢 淡口 日向夏ドレッシング	小麦 大豆		
			だいこんばのみそしる	きぬあつあげ みそ	にんじん だいこんば だいこん ねぎ		煮干だし	—	大豆	
21 水	22 木		コッペパン	だっしゅんにゅう	コッペパン			塩 イースト	小麦 乳	
			いちごジャム	いちご	いちご			—	—	
			にくだんごのスープ	じゅうまいも	にんじん たまねぎ キャベツ バセリ		紅麹色素	小麦 鶏肉 大豆	588	
21 水	23 木		スパゲティサラダ	まぐろ	スパゲティ こめあら たまごぶしようマヨネーズ	にんじん きゅうり スイートコーン	酢 淡口 塩	小麦 大豆	22.2	
			しろごはん	ごめ				—	—	
			あげざかなのあますからめ	たら (こなつき)	たら (こなつき) こめあぶら いりご	ねぎ たけのこ たまねぎ にんじん ほししいだけ ピーマン あかピーマン きびピーマン だいだいピーマン	しょうが 淡口 醋	小麦 大豆 ごま	668	
22 木	19 月		いものこじる	あぶらあげ	あぶらあげ	じゃがいも さといも さつまいも	にんじん ごぼう ねぎ	煮干だし 淡口 酒	小麦 大豆	20.8
			しろごはん	ごめ				—	—	
			22 木	かわらかわ	かわらかわ	こめあぶら さんあんとう でんぶん	ねぎ たけのこ たまねぎ にんじん ほししいだけ ピーマン あかピーマン きびピーマン だいだいピーマン	しょうが 淡口 醋	小麦 大豆 ごま	
23 金	19 月		たかなそぼろどん	たまご	たまごそぼろ	ぶたにく さんあんとう		酒 にんにく 濃口 みりん	小麦 豚肉 大豆	
			23 金	ほうどう	たまご	でんぶん さとう なたねあぶら	しょうゆ かつおだし 煮干だし 塩	小麦 豚肉 大豆	642	
			23 金	げんりょうコッペパン	こむぎこ さとう ショートニング		たかなかづけ	小麦 豚肉 大豆	25.5	
26 月	27 火		ミートビーンズスパゲティ	だいす	さとう ショートニング こむぎこ	たかなかづけ	酢 みそ	小麦 豚肉 大豆	588	
			26 月	ごぼうのサラダ	まぐろみすに	さんあんとう こめあぶら	酢 淡口 塩	小麦 大豆	26.3	
			26 月	しろごはん	ごめ					
27 火	28 水		いわししょうがに	いわし	いわし	でんぶん さとう		—	—	
			27 火	きりぼししたいこんのすのもの	こんぶ	さんあんとう	きりぼししたいこん にんじん きゅうり	みりん しょうゆ 塩 香辛料	小麦 大豆	604
			27 火	ほうれんそののみそしる	きぬあつあげ みそ	さといも	にんじん ほくとう もやし たまねぎ ほうれんそ ねぎ	煮干だし	—	大豆
28 水	29 木		コッペパン	だっしゅんにゅう	コッペパン			塩 イースト	小麦 乳	
			28 水	チキンチャウダー	どりにく きぬあつあげ みそ	じゃがいも	たまねぎ にんじん エリンギ パセリ	チキンスープ クリームボタージュ 塩 こしょう 白ワイン	小麦 乳 鶏肉 大豆	598
			28 水	キャベツのソテー	なまくら	おさかなソーセージ	こめあぶら	野菜ブイヨン 淡口 塩 こしょう	小麦 大豆	22.2
29 木	30 金		スイートポテト	だいす ぎょにく	さとう ごめあぶら	スイートポテト		塩	小麦 大豆	
			29 木	しろごはん	ごめ					
			29 木	かいくりょう(かんこ) Korea	ぶたにく とうふ あぶらあげ みそ	トック こめあぶら	だいこん たまねぎ いとこんにゃく にら	にんにく しょうが 中華だし みりん 淡口 酒	小麦 豚肉 大豆	600
30 金	30 月		キムチチゲなべ	だいす	きぬあつあげ みそ	さとう	はくさいキムチ	酒 塩 唐辛子 にんにく パプリカ色素 塩	小麦 豚肉 大豆	20.0
			30 月	はるさめサラダ	たら ほき	りょくとうはるさめ さんあんとう こめあぶら	きゅうり キャベツ にんじん	酒 醋 にんにく にんじん にん		