

D コース	E コース	献立名		食 材 料				アレルギー表示 ★義務 8品目	栄養価 エヌルギー (Kcal) たんぱく質 (g)
		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		
全給食日		牛 乳	牛 乳					乳	—
8 木	9 金	ミルクパン たらとさつまいもの揚げ煮 彩り野菜スープ	牛乳 脱脂粉乳	ミルクパン 砂糖 ショートニング 小麦粉			塩 イースト	小麦 乳	—
			たら (粉付)	米油 さつまいも 三温糖	青豆		濃口 みりん	小麦 大豆	
			たら	米粉 とうもろこし粉 でん粉					829
9 金	8 木	白ご飯 筑前煮 正月料理 紅白なます	魚そうめん		にんじん たまねぎ スイートコーン しめじ ほうれんそう		野菜ブイヨン 淡口 塩	小麦 大豆	32.7
			魚肉	でん粉 さとう 水あめ 紅花油			みりん 塩		
			米						714
13 火	14 水	チーズパン チキンカチャトラ ツナと切干大根のサラダ	とり肉 厚揚げ	さといも ジャガイモ 三温糖 米油	にんじん ごぼう こんにゃく 干しいたけ さやいんげん		濃口 淡口 みりん	小麦 鶏肉 大豆	
			大豆 魚肉	でん粉 砂糖 大豆油	たまねぎ		塩		26.2
			油揚げ	三温糖 いりごま	だいこん にんじん ゆず		酢 淡口	小麦 大豆 ごま	
13 火	15 木	白ご飯 ヒレカツ 野菜カレー グリーンサラダ	チーズパン	チーズパン 小麦粉 砂糖 ショートニング			塩 イースト	小麦 乳	808
			とり肉 大豆	米油 ジャガイモ 三温糖	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	
			豆乳						34.9
14 水	16 木	白ご飯 みそおでん いなりサラダ	まぐろ水煮	卵不使用マヨネーズ 三温糖	切干大根 キュウリ にんじん		淡口 酢	小麦 大豆	
			まぐろ				塩 野菜エキス		
			米						821
15 木	16 木	白ご飯 チキンチキンごぼう チンゲンサイのスープ	ヒレカツ	ヒレカツ 豚肉 大豆	パン粉 植物油脂 でん粉		しょうゆ 塩 香辛料	小麦 豚肉 大豆	
			豆乳	じゃがいも	たまねぎ にんじん 青豆		にんにく Fカレー カレーN 米粉のカレー ウスター	小麦 大豆	26.9
				三温糖	きゅうり にんじん ブロッコリー		淡口 酢 青じそドレッシング	小麦 大豆	
16 木	19 月	白ご飯 マーボー豆腐 もやし炒め	白ご飯	米					720
			ヒレカツ	三温糖 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	
			豆乳	でん粉 砂糖 大豆油	ごぼう たまねぎ にんじん		塩		27.1
16 木	20 火	白ご飯 肉団子のスープ スパゲティサラダ	油揚げ	米油 三温糖	キャベツ キュウリ ブロッコリー にんじん		酢 淡口 塩	小麦 大豆	
			豆乳	キャベツ キュウリ					
									753
19 月	21 火	白ご飯 いちごジャム 肉団子のスープ スパゲティサラダ	コッペパン	コッペパン 脱脂粉乳			塩 イースト	小麦 乳	—
			いちごジャム	いちごジャム 砂糖 水あめ			紅麹色素	小麦 大豆	
			肉団子のスープ	くるま鮎ととり肉の肉団子 とり肉	じゃがいも	にんじん たまねぎ キャベツ バセリ	チキンスープ 野菜ブイヨン 塩 こしょう 淡口	小麦 鶏肉 大豆	28.5
19 月	21 火	白ご飯 いちごジャム 肉団子のスープ スパゲティサラダ	スパゲティ	スパゲティ 米油 卵不使用マヨネーズ	にんじん キュウリ スイートコーン		酢 淡口 塩	小麦 大豆	
			豆乳	でん粉 砂糖 水あめ えごま油			かつおだし 塩 紅麹色素		
				米					826
20 火	21 水	白ご飯 揚げ魚の甘酢からめ いものこ汁	たら (粉付)	米油 三温糖 でん粉 ごま油 いりごま 米粉 とうもろこし粉 でん粉	ねぎ たけのこ たまねぎ にんじん 干しいたけ ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン 橙ピーマン		しょうが 淡口 酢	小麦 大豆 ごま	
			豆乳	でん粉 大豆油 なたね油			塩		24.3
			油揚げ	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	
21 水	22 木	白ご飯 高菜そぼろ丼 ほうとう	白ご飯	米					782
			白ご飯	米油 三温糖			酒 にんにく 濃口 みりん	卵 小麦 豚肉 大豆	
			卵 そぼろ 豚肉	でん粉 砂糖 なたね油			しょうが かつおだし 煮干だし 塩		
21 水	23 木	白ご飯 黒糖パン ポークピーンズ チーズサラダ	高菜漬け	高菜			塩 酢 うこん粉		
			豆乳	高菜					30.1
									804
23 金	19 月	白ご飯 チキン南蛮(2個) ノンエッグタルタルソース ゆでキャベツ 大根葉のみぞ汁	黒糖パン	黒糖パン 脱脂粉乳			塩 イースト	小麦 乳	—
			豚肉 大豆	じゃがいも 三温糖	たまねぎ にんじん トマト		野菜ブイヨン ウスター 赤ワイン ケチャップ 塩 こしょう	小麦 大豆	
			ベーコン	砂糖 水あめ			塩 酢 こしょう		33.3
23 金	19 月	白ご飯 チキン南蛮(2個) ノンエッグタルタルソース ゆでキャベツ 大根葉のみぞ汁	チーズサラダ	チーズサラダ ナチュラルチーズ	三温糖	キャベツ キュウリ にんじん	酢 淡口 フレンチドレッシング	乳 小麦 大豆	
			豆乳						
				米					835
26 月	27 火	コッペパン チキンチャウダー キャベツのソテー <sup>リ</sup> スイートポテト	チキンチャウダー	生クリーム とり肉 牛乳	じゃがいも	たまねぎ にんじん エリンギ バセリ	チキンスープ クリームポタージュ 塩 こしょう 白ワイン	小麦 乳 鶏肉 大豆	
			キャベツのソテー <sup>リ</sup>	植物油脂			野菜ブイヨン 塩 こしょう		
			スイートポテト	三温糖	キャベツ キュウリ		酢 淡口 日向夏ドレッシング	小麦 大豆	31.3
27 火	28 水	白ご飯 キムチチゲ鍋 春雨サラダ	白ご飯	米					766
			キムチチゲ鍋	豚肉 豆腐 油揚げ みそ	だいこん たまねぎ 糸こんにゃく にら	にんにく しょうが 中華だし みりん 淡口	酒 塩	小麦 乳	
			春雨サラダ	豆乳	砂糖	酒 酢 唐辛子	にんにく パプリカ色素 塩		27.7
28 水	29 木	白ご飯 厚揚げの甘辛炒め つみれ汁	白ご飯	色つきかまぼこ	緑豆春雨 三温糖 米油	きゅうり キャベツ にんじん	淡口 酢	小麦 大豆	
			豆乳	でん粉 砂糖 水あめ えごま油			かつおだし 塩 紅麹色素		23.7
				米 砂糖	赤しそ				742
29 木	30 金	白ご飯 減量コッペパン ミートビーンズスパゲティ ごぼうのサラダ	白ご飯	色つきかまぼこ	緑豆春雨 三温糖 米油	きゅうり キャベツ にんじん	にんにく しょうが 酒 みりん 濃口 板豆醤	小麦 大豆 鶏肉 ごま	
			豆乳	でん粉 砂糖 なたね油	にんじん えのきだけ ごぼう ねぎ		かつおだし 酒 淡口 塩	小麦 大豆	
				豆乳	砂糖				30.0
30 金	26 月	白ご飯 いわし生姜煮 切干大根の酢の物 ほうれん草のみぞ汁	白ご飯	コッペパン	コッペパン 脱脂粉乳		塩 イースト	小麦 乳	
			豆乳	スパゲティ 三温糖	たまねぎ トマト エリンギ		野菜ブイヨン ウスター 赤ワイン ケチャップ 塩 こしょう	小麦 乳 鶏肉 大豆	
				でん粉 砂糖 なたね油	にんじん シメジ グリーンピース				774
30 金	26 月	白ご飯 いわし生姜煮 切干大根の酢の物 ほうれん草のみぞ汁	ごぼうのサラダ	まぐろ水煮	三温糖 米油	ごぼう にんじん スイートコーン キュウリ	塩 酢	小麦 大豆	
			豆乳	でん粉 大豆油 なたね油			野菜エキス		33.0
				豆乳	砂糖				741