

使用予定物資の生産状況
等により、献立内容が変更
になる場合があります。

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	アレルギー表示 ☆推奨 20品目	栄養価 エネルギー (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	一	
2 月	3 火	減量ミルクパン	牛乳 脱脂粉乳	ミルクパン	小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	828
		チャンポン(具)	豚肉 かまぼこ さつま揚げ 大豆 魚肉	かまぼこ たら	でん粉 砂糖 でん粉 砂糖 大豆油	たまねぎ にんじん キャベツ 緑豆もやし ねぎ	豚清湯 中華だし 淡口 塩 こしょう	小麦	豚肉 大豆	
		チャンポン(麺)		チャンポン麺 小麦粉 でん粉	米油	寒天	塩 コチニール色素	小麦	一	34.0
		ツナサラダ	まぐろ	まぐろ水煮	卵不使用マヨネーズ 米油	こんにゃく れんこん きゅうり にんじん	酢 淡口 塩 こしょう	小麦	大豆	
3 火	白ご飯			米				一	一	759
	ポークカレー	豚肉 ひよこ豆	じゃがいも	たまねぎ にんじん		にんにく 豚清湯 カレー カーレ 米粉のカレー クスター	小麦	豚肉 大豆		23.0
	コールスローサラダ		三温糖		キャベツ きゅうり スイートコーン にんじん	フレンチドレッシング 淡口 醋	小麦	大豆		
4 水	白ご飯		米				一	一	704	31.4
	高野豆腐の卵とじ	とり肉 高野豆腐 卵	三温糖 米油	にんじん たけのこ しめじ 青豆	淡口 みりん	小麦 卵 鶏肉 大豆				
	沢煮挽	ぶた肉		にんじん ごぼう 大根 干しいたけ こんにゃく ねぎ	酒 和風だし 淡口	小麦 豚肉 大豆				
5 木	チーズパン	ベジ活の日 野菜が 約 230g	脱脂粉乳 ナチュラルチーズ 豚肉 高野豆腐	チーズパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	786	32.8
	八宝菜	かまぼこ たら	でん粉 砂糖 でん粉 砂糖	たまねぎ にんじん たけのこ やきそば キャベツ 青豆	しょうが 豚清湯 中華だし 塩 こしょう 淡口	小麦 豚肉 大豆				
	パンサンスー		緑豆春雨 三温糖 ごま油 いりごま	緑豆もやし きゅうり にんじん	酢 淡口	小麦 大豆 ごま				
6 金	白ご飯		米				一	一		739
	いわしのみぞれ煮	いわし 行事食	いわしのみぞれ煮 でん粉 砂糖	太根	みりん しょうゆ 塩	小麦 大豆				
	ひじきの炒め煮	ひじき 節分	さつま揚げ 大豆 ひじき 大豆 魚肉	三温糖 米油 でん粉 砂糖 大豆油	にんじん さやいんげん たまねぎ	濃口 みりん 塩	小麦 大豆			
	みぞれ汁		白玉もち かまぼこ たら	でん粉 でん粉 でん粉 砂糖	大根 にんじん ねぎ	昆布だし かつおだし 酒 淡口 塩	小麦 大豆			23.2
9 月	コッペパン		コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	805		30.9
	じゃがいもと豆のミートソース煮	豚肉 大豆	じゃがいも 三温糖	にんじん たまねぎ しめじ トマト グリーンピース	にんにく 醤油 ドマソース ケチャップ ウスター	一 豚肉 大豆				
	マカロニサラダ		マカロニ 米油 卵不使用マヨネーズ	きゅうり にんじん スイートコーン	酢 淡口 塩 こしょう	小麦 大豆				
10 火	白ご飯		米				一	一		838
	厚揚げと豚肉のみぞ炒め	豚肉 厚揚げ みそ	米油 三温糖 でん粉	たまねぎ にんじん	酒 淡口 みりん	小麦 豚肉 大豆				
	魚そうめん汁	豆腐	でん粉 水あめ 砂糖 米麴	にんじん たけのこ えのきたけ ねぎ	かつおだし 酒 淡口 塩	小麦 大豆				
12 木	お米deガトーショコラ (Dコースのみ)	豆乳 行事食 ハーフタイマー	ガトーショコラ 米粉 でん粉 米油 砂糖			ココア	一 大豆			29.6
	いりこ菜飯	ちりめん みそ かつお節	米 でん粉 ごま 砂糖	大根葉 広島菜 京菜	塩 昆布だし	一 ごま 大豆				
	おでん	とり肉 豆ちくわ 豆腐	じがいも さといも 三温糖	大根 にんじん こんにゃく	かつおだし 濃口 みりん	小麦 豚肉 大豆				816
	菜の花和え	豆乳	でん粉 植物油 砂糖	ごぼう たまねぎ にんじん	塩	小麦 豚肉 大豆				
12 金	黒糖パン		黒糖パン 小麦粉 ショートニング 砂糖 黒砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	802		29.5
	トマトミートオムレツ	トマトミートオムレツ	トマトミートオムレツ でん粉 大豆油 なたね油 バーム油	たまねぎ トマト	ケチャップ	卵 鶏肉 大豆				
	フレンチサラダ	外国料理 (イギリス)	フレンチサラダ 米油 三温糖	キャベツ きゅうり にんじん	酢 淡口 塩 こしょう	小麦 大豆				
13 金	カウル	カウル	ベーコン 腹肉 魚肉	砂糖 水あめ 青えんどう豆 ひよこ豆 赤いんげん豆	大根 にんじん ねぎ	塩 香辛料 野菜ブイヨン 塩 こしょう	一 豚肉			
	白ご飯		米				一	一		727
	揚げ魚の野菜あんかけ	たら (粉付)	高野豆腐	でん粉 米油 三温糖	干しいたけ たまねぎ たけのこ にんじん ピーマン	塩 かつおだし 酒 みりん 淡口	小麦 大豆			
13 月	なめこ汁	豆腐 みそ	じがいも	たまねぎ にんじん なめこ ねぎ	煮干しだし	一 大豆				24.3
	きなこ揚げパン	脱脂粉乳 三温糖 米油	コッペパン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト 塩	小麦 乳 大豆		774		28.9
	白菜のクリーム煮	とり肉 生乳 ナチュラルチーズ 生クリーム 大豆 生乳	白菜 マカロニ クリームコーン グリーンピース		クリームボタージュ 塩 こしょう	小麦 乳 鶏肉 大豆				
16 月	アスパラのソテー		米油	アスパラガス しめじ スイートコーン	塩 こしょう 淡口	小麦 大豆				726
	白ご飯		米			一	一			
	ブルコギ	生肉	ごま油 三温糖 いりごま	にんじん 緑豆もやし たまねぎ エリンギ ピーマン	にんにく 酒 濃口	小麦 牛肉 ごま 大豆				
17 火	ワントンスープ	たら 木キ	ワントン オーシャンキンク	でん粉 砂糖 水あめ えごま油	中華だし 淡口 塩 こしょう かつおだし 塩 紅麹色素	小麦 大豆		25.2		766
	白ご飯		米			一	一			
	とり肉のから揚げ(2個)	とり肉	でん粉 米油		酒 塩 こしょう にんにく粉	一 鶏肉				
18 水	白菜の和え物	白菜 リクエスト給食 第1位	三温糖	白菜 ほうれんそう にんじん	濃口	小麦 大豆		29.3		723
	千切り大根のみぞ汁	みやぢいす豆腐 みそ	じゃがいも	たまねぎ 切り大根 にんじん ねぎ	煮干しだし	一 大豆				
	減量米粉パン	脱脂粉乳	米粉パン 小麦粉 ショートニング 砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	803		34.2
19 木	焼きうどん	ちくわ	豚肉 油揚げ うどん	たまねぎ にんじん 緑豆もやし キャベツ ねぎ	和風だし 濃口 塩 こしょう	小麦 豚肉 大豆				
	チキンサラダ	チキン	卵不使用マヨネーズ	プロッコリー きゅうり にんじん	酢 淡口 こしょう	小麦 鶏肉 大豆				
	いちご	いちご	砂糖	寒天	塩 酢 たまねぎ粉 こしょう	一				
20 金	白ご飯		米			一	一			27.0
	豚肉のみぞ煮	豚肉 みやぢいす厚揚げ 赤みそ みそ	じゃがいも 三温糖	にんじん こんにゃく ごぼう 青豆	濃口	小麦 豚肉 大豆				
	かねん汁(しゅいじ)	さつま揚げ 大豆 魚肉	でん粉 砂糖 大豆油	太根 にんじん 干しいたけ ほれんそう ねぎ	昆布だし かつおだし 酒 みりん 淡口 塩	小麦 鶏肉 大豆				
24 火	黒糖パン		黒糖パン 小麦粉 ショートニング 砂糖 黒砂糖		塩 イースト	小麦 乳	一	810		24.9
	春巻き	豚肉 大豆	春巻き 鶏肉 鮭 鮭助 鮭鮭 鮭鮭 鮭鮭 鮭鮭	キャベツ たまねぎ にんじん 干しいたけ	しょうゆ 塩 ポークエキス ショウガ 香辛料	小麦 豚肉 大豆				
	中華和え	わかれ	三温糖 ごま油 いりごま	きゅうり にんじん キャベツ 緑豆もやし	酢 淡口	小麦 ごま				
25 水	わかめスープ	とり肉 わかれ	たまねぎ にんじん えのきたけ にら	チキンスープ 野菜ブイヨン 淡口 塩 こしょう	かづおだし 塩 紅麹色素	小麦 鶏肉 大豆				712
	白ご飯		米			一	一			
	いわしの梅みそ煮	いわし みそ	米粉 砂糖	うめぼし	みりん 塩 しそエキス	一 大豆		733		25.3
26 木	にんじんしりしり	さつま揚げ	米油	にんじん 干しいたけ えのきたけ 青豆	みりん 淡口	小麦 大豆				
	けんちん汁	豆腐	さといち	太根 にんじん ごぼう こんにゃく ねぎ</td						