

7月1日 (金)		7月4日 (月)		7月5日 (火)		7月6日 (水)		7月7日 (木)	
白ごはん もずくスープ 高菜そぼろ丼	①かまぼこ (ピンク) 魚肉(タラ、イ トヨリ)、澱粉 (馬鈴薯)、砂 糖、みりん、 食塩、着色料 (コチニール) (アレルギー 表示:ー) ※えび、かに	白ごはん 筑前煮 ツナと野菜の和え物 ひじきのり	①さつまあげ (天ぷら) 魚肉(タラ)、で ん粉(甘しょ)、 砂糖、みりん、 食塩、植物油 (アレルギー 表示:ー) ※えび、かに 卵白、小麦	白ごはん マーボーなす 海藻サラダ	①(大冷)絹厚揚 げ 大豆、植物油(な たね、大豆)、安定 剤(加工デンプン)、 豆腐用凝固剤、酵 素、水 (アレル ギー表示:大豆)	白ごはん けんちん汁 いわしのピリ辛揚げ	①県産いわしの三枚おろし細切り いわし、米粉 (アレル ギー表示:ー)	ミルクパン 七タスープ ゆでブロッコリー トマトオムレツ 七タデザート	①ミルクパン 小麦粉、ショートニング、牛乳、脱脂粉乳、砂糖、 食塩、イースト (アレルギー表示:小麦、乳)
米飯	70 90	米飯	70 90	米飯	70 90	米飯	70 90	①ミルクパン	50 70
たまねぎ	26 33	鶏もも 皮つき	10 12	純正ごま油	1. 2 1. 5	スライスこんにやく	10 12	②カットベーコン	8 10
にんじん	16 20	鶏肉はね身皮なし	15 20	なす	34 40	豆腐	20 26	じゃがいも	20 25
えのきたけ	10 12. 5	じゃがいも	33 40	豚ミンチ	30 38	いなか揚げ(油揚げ)	4 5	にんじん	17 21
①かまぼこ(ピンク)	9 11	にんじん	20 25	ひきわり大豆	6 8	だいこん	22 30	たまねぎ	25 30
そのまま手軽に美ら海もずく	20 25	乱切りごぼう	20 25	たまねぎ	30 36	にんじん	16 20	キャベツ	20 25
厚揚げ	23 30	三角こんにやく	20 24	にんじん	25 31	ささがきごぼう	10 12	③ライスパスタ	4 5
みつば	2. 5 3	①さつまあげ(天ぷら)	20 24	椎茸スライス(干)	1 1. 2	里いも(冷凍)	20 26	九州産オクラスライス	6 7. 5
煮干しだしパック	3 3. 5	青まめ(枝豆むきみ)	6 7. 2	たけのこ缶	10 12	椎茸スライス(干)	0. 5 0. 6	④チキンスープ	8 10
うすくちしょうゆ	4. 8 6	たけのこ缶	13 16	①(大冷)絹厚揚げ	32 40	ねぎ(冷凍)	2. 5 3	⑤スープストック(洋風)	0. 2 0. 24
②玉子そぼろ(フュージョン)	25 30	れんこん乱切り	13 16	にら	2. 4 3	煮干しだしパック	3 3. 6	うすくちしょうゆ	3. 5 4
豚ミンチ	32 38	こいくちしょうゆ	2. 5 3	②麻婆豆腐の素	4 5	うすくちしょうゆ	5 6	塩	0. 2 0. 24
サラダ油	1 1. 2	うすくちしょうゆ	2. 5 3	三温糖	2 2. 5	酒	1 1. 2	こしょう	0. 02 0. 03
酒	1 1. 2	三温糖	1. 5 1. 8	こいくちしょうゆ	3 4	①県産いわしの三枚おろし細切り	50 60	ミニブロッコリー	35 42
③県産高菜漬刻み	23 28	みりん	1 1. 2	でんぷん	2. 2 2. 7	大豆白絞油缶	5 6	⑥笑顔でランチドレッシングイタリアン	3 3. 5
三温糖	1. 5 1. 8	サラダ油	0. 5 0. 6	③海藻サラダG	1. 2 1. 4	青豆(えだまめ)	8 10	⑦caたっぷりオムレツ40g(トマトミート)	40 0
こいくちしょうゆ	1. 4 1. 8	②ノオイルまぐろチャック	11 14	きゅうり	20 25	ホールコーン缶	8 10	⑦caたっぷりオムレツ60g(トマトミート)	0 60
みりん	1 1. 2	キャベツ	25 30	太もやし	30 36	冷凍カラーピーマンミックス	10 12	⑧セタデザート(日東ベスト)	40 40
いりごま	1. 5 1. 8	きゅうり	30 36	④とりささみチャック	10 13	ピーマン	3 3. 5	⑥笑顔でランチドレッシングイタリアン	40 40
②玉子そぼろ(フュージョン)		③笑顔でランチドレッシング香りごま	8 10	酢	2. 3 2. 8	国産おろしにんにく	0. 2 0. 25	⑦caたっぷりオムレツ(トマトミート)	
鶏卵、砂糖、還元水あめ、かつおだし、醸造酢、食塩、昆布だし、食用油脂(シリコーン)、加工でんぷん、食品素材(水あめ、魚介エキス)、酢酸Na、調味料(アミノ酸)、pH調整剤、リゾチーム、水 (アレルギー表示:卵、小麦、大豆)		④Feひじきのり	10 10	うすくちしょうゆ	2. 5 3	②トウバンジャン	0. 1 0. 12	⑧セタデザート(日東ベスト)	
③県産高菜漬刻み		③笑顔でランチドレッシング香りごま		三温糖	1. 5 1. 8	三温糖	1. 1 1. 3	【白ぶどうゼリー】砂糖・ぶどう糖	
高菜、食塩、醸造酢、うこん粉、水 (アレルギー表示:ー)		④Feひじきのり		②麻婆豆腐の素		酢	2 2. 5	糖果糖液糖、ぶどう果汁、砂糖	
		③笑顔でランチドレッシング香りごま		しょうゆ(小麦、大豆)、豆板醤(大豆)、しょうが、ほたてエキス(小麦、大豆)、食塩、チキンエキス、にんにく、たんぱく加水分解物(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、とうもろこしでん粉、調味料(アミノ酸等)、酒精、増粘剤(キサンタンガム)、カラメル色素、水 (アレルギー表示:小麦、大豆、鶏肉、豚肉)		こいくちしょうゆ	1. 5 2	ぶどう糖、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、クエン酸鉄Na、香料【サイダー風ゼリー】砂糖・ぶどう糖果糖液糖、砂糖、ぶどう糖、レモン果汁、水、乳酸Ca、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、ビタミンC、香料、クチナシ青色素、クエン酸鉄Na【モチーフ】うんしゅうみかん果汁、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、水あめ、砂糖、粉末油脂	
		④Feひじきのり		③海藻サラダG		純正ごま油	0. 5 0. 6	寒天、水、乳化剤、ゲル化剤(キサンタンガム)、香料、カロチノイド色素 (アレルギー表示:ー)	
		④Feひじきのり		わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天 (アレルギー表示:ー)		①県産いわしの三枚おろし細切り		加工でん粉、水 (アレルギー表示:卵、大豆、鶏肉)	
		④Feひじきのり		④とりささみチャック		いわし、米粉 (アレルギー表示:ー)			
		④Feひじきのり		鶏肉(ささみ)、食塩、醸造酢、砂糖、寒天、オニオンパウダー、香辛料(こしょう)、pH調整剤、水 (アレルギー表示:鶏肉)		②トウバンジャン			
		④Feひじきのり				塩蔵唐辛子、そら豆加工品、乾燥唐辛子、食塩、酒精、酸化防止剤(ビタミンC) (アレルギー表示:ー)			

※コンタミ・キャリー等由来

7月8日(金)		7月11日(月)		7月12日(火)		7月13日(水)	
麦ごはん(10%) 夏野菜のカレー みかんサラダ ①スペシャルカレーフレーク 小麦粉、豚脂、食塩、砂糖、カレー粉、パーム油、酵母エキス、香辛野菜(オニオン、ガーリック)、ホークエキス、カラメル色素 (アレルギー表示:小麦、豚肉) ※乳、卵		減量わかめご飯 焼き豚ラーメン カリフラワーのサラダ ①ヘルシーファームわかめご飯の素 わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキス (アレルギー表示:ー)		白ごはん ワンタンスープ チンジャオロース ①ウェーブワンタン 小麦粉、食塩 (アレルギー表示:小麦)		白ごはん 魚そうめんのすまし汁 しその実和え さばホイル焼き ①魚そうめん 魚肉(イトヨリ)、でん粉(とうもろこし)、砂糖、食塩、水あめ、みりん、植物油(ベニバナ)、水 (アレルギー表示:ー) ※えび、かに、小麦、卵、乳、大豆、豚肉、いか、ごま、さば	
米飯 精麦 豚ももスライス かぼちゃ(カット) たまねぎ にんじん なす ゴーヤ ピーマン ①スペシャルカレーフレーク ②とろける給食用カレーフレークN ③エブリイカレーフレーク ④ウスターソース チキンスープ【7日④参照】 リンゴピューレ缶 ⑤トマトケチャップ 国産おろしにんにく サラダ油 ②学 冷凍ラーメン 小麦粉、小麦たん白、加工デンプン、かんすい、カロチノイド色素、調整水 (アレルギー表示:小麦)	63 90 7 10 27 34 22 27 35 42 22 27 15 19 4 5 3 4 4 6 5 6 4 6 1 1.2 10 13 7.5 9.7 3 3.9 0.3 0.4 1 1.3 18 21.6 30 36 17 20.4 5 6 1.3 1.56 1.7 2 0.3 0.36 0.02 0.03 0.4 0.48	米飯 ①ヘルシーファームわかめご飯の素 ②学 冷凍ラーメン 豚ももスライス ③給食用焼豚カット(乳・卵不使用) きくらげスライス たまねぎ にんじん 太もやし 国産おろしにんにく しょうが ④上々豚清湯(豚骨スープ) ⑤中華用スープストック うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 塩 こしょう 純正ごま油 ハオイルまぐろちゃん【4日②参照】 ミニカリフラワー きゅうり ⑥おいしい和風ドレッシング ⑤中華用スープストック 食塩、チキンパウダー(小麦、大豆、鶏肉、豚肉)、鶏脂(大豆)、粉末醤油(小麦、大豆)、デキストリン、酵母エキス、たん白加水分解物(ゼラチン)、野菜エキス(大豆)、ごま油、調味料(アミノ酸等)、香辛料抽出物、カラメル色素 (アレルギー表示:小麦、ごま、大豆、鶏肉、豚肉、ゼラチン) ※卵 ④上々豚清湯(豚骨スープ) 豚骨抽出エキス (アレルギー表示:豚肉) ⑥おいしい和風ドレッシング 食用植物油(大豆、なたね)、醸造酢(小麦)、砂糖、しょう油(小麦、大豆)、調味酢、玉ねぎ、食塩、粒マスタード(豚肉、りんご)、ホワイトペッパー、にんにく、調味料(アミノ酸等) (アレルギー表示:小麦、大豆、豚肉、りんご)	60 80 2.2 3 46 56 21 27 13 16 1 1.2 15 19 15 18 20 25 0.3 0.4 0.3 0.4 10 12 0.4 0.5 3 3.6 2 2.4 0.2 0.25 0.03 0.04 1 1.3 11.5 14 23 28 30 36 7 8.4 0.4 0.5 3 3.6 0.5 0.6 2 2.3 1 1.2 1 1.2 23 28 7 8.4 5 6	米飯 ①ウェーブワンタン 厚揚げ かまぼこ(ピンク)【1日①参照】 たまねぎ 太もやし ねぎ(冷凍) チキンスープ【7日④参照】 中華用スープストック【11日⑤参照】 うすくちしょうゆ 塩 豚もも細切り 純正ごま油 たけのこ缶 にんじん しょうが うすくちしょうゆ こいくちしょうゆ 三温糖 みりん ②オイスターソース(マルハ) ピーマン 冷凍カラーピーマンミックス10F にんにくの芽 ①ウェーブワンタン 小麦粉、食塩 (アレルギー表示:小麦) ②オイスターソース(マルハ) かきエキス、砂糖、魚醤(魚介類)(かたくちいわし)、デキストリン、酵母エキス、麦芽エキス、増粘剤(加工でん粉) (アレルギー表示:ー)	70 90 5 6 20 25 10 13 30 36 20 25 3 3.6 8 10 0.2 0.2 4 4.8 0.3 0.3 40 48 1 1.2 20 24 20 25 0.5 0.6 2 2.3 1 1.2 1 1.2 1.3 1.6 3 3.6 7 8.4 5 6	米飯 豆腐 たまねぎ にんじん ①魚そうめん えのきたけ 花そうみ(乾わかめ) カットほうれん草 カットだし昆布(袋入り) 花かつお(袋入り不織布) うすくちしょうゆ 酒 塩 きゅうり ②青しその実漬 うすくちしょうゆ 塩 ③さばホイル焼(みそ照焼)	70 90 25 30 23 28 10 12 20 25 10 12 0.3 0.4 10 13 2 2.5 1 1.2 5 6 1 1.2 0.1 0.1 35 42 1.6 1.9 0.6 0.72 0.05 0.06 50 60
⑤トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖、ぶどう糖果糖液糖)、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香辛料 (アレルギー表示:ー)	⑥ロースハムスライス 豚ロース肉、乳蛋白、大豆蛋白、食塩、卵蛋白、ホークエキス、トハラース、カゼインNa、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、増粘多糖類、酸化防止剤(エリソルビン酸Na)、保存料(ソルビン酸K)、発色剤(亜硝酸Na)、着色料(コチニール)、香辛料抽出物 (アレルギー表示:乳、卵、大豆、豚肉) ※小麦	③給食用焼豚カット(乳・卵不使用) 豚もも肉、砂糖、水あめ、しょうゆ、食塩、酵母エキス、L-グルタミン酸Na、カラメル色素、L-アスコルビン酸Na、香辛料抽出物、水 (アレルギー表示:豚肉、大豆、小麦) ※乳、卵	①ウェーブワンタン 小麦粉、食塩 (アレルギー表示:小麦)	②オイスターソース(マルハ) かきエキス、砂糖、魚醤(魚介類)(かたくちいわし)、デキストリン、酵母エキス、麦芽エキス、増粘剤(加工でん粉) (アレルギー表示:ー)	②青しその実漬 だいこん、きゅうり、しその実、しょうが、アミノ酸液、食塩、しょうゆ、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、酵母エキス、酒精、グルタミン酸Na、グリシン、調味料製剤(グルタミン酸Na、グリシン、フマル酸、メチオニン、コハク酸二Na、イノシン酸Na)、アラニン、酸味料製剤(リンゴ酸、リンゴ酸Na、フィチン酸、食品素材)、クエン酸、乳酸、リン酸、香料、ソルビン酸K、甘草、黄色4号、青色1号 (アレルギー表示:小麦、大豆)	③さばホイル焼(みそ照焼) さば、砂糖、味噌(大豆)、本みりん、米粉、水 (アレルギー表示:さば、大豆)	

※コンタミ・キャリー等由来

7月14日(木)		7月15日(金)		7月19日(火)		7月20日(水)		7月21日(木)		7月22日(金)	
黒糖パン 豚肉とズッキーニのトマト煮 フルーツポンチ		白ごはん コーンと野菜のスープ 鶏肉とゴーヤの揚げ煮		白ごはん 里いものそぼろ煮 タコの酢の物		白ごはん かぼちゃと小松菜のみそ汁 キムタクごはんの具 フローズンりんご		バーガーパン マカロニスープ ゆでキャベツ チキン照り焼きパティ スライスチーズ(中学校)		白ごはん 肉じゃが 糸かまぼことごぼうの和え物	
①黒糖パン	50 70	米飯	70 90	米飯	70 90	米飯	70 90	①バーガーパン	50 70	米飯	70 90
サラダ油	1 1.2	カットベーコン【7日②参照】	10 13	里いも(冷凍)	40 48	豆腐	22 28	カットベーコン【7日②参照】	8 10	豚ももスライス	30 35
豚ももスライス	30 36	クリームコーン缶	20 25	鶏ひき肉もも 皮つき	13 16	いなか揚げ(油揚げ)	5 6	じゃがいも	25 31	じゃがいも	63 76
赤ワイン	0.8 1	ホールコーン缶	10 12	鶏ひき肉はね身皮なし	13 16	えのきたけ	10 12	にんじん	15 18	厚揚げ	20 25
国産おろしにんにく	0.5 0.6	にんじん	20 25	たまねぎ	28 34	かぼちゃ	30 36	たまねぎ	25 31	にんじん	23 28
蒸し白いんげん豆	10 13	たまねぎ	30 36	にんじん	20 25	たまねぎ	20 25	県産カットチンゲン菜IQF	10 12	たまねぎ	30 36
じゃがいも	34 42	しめじ	12 14.5	椎茸スライス(干)	1 1	花そうみ(乾わかめ)	0.3 0.4	シエルマカロニ	8 10	糸こんにゃく	30 36
にんじん	25 32	パセリ	0.5 0.6	たけのこ缶	13 16	小松菜	10 13	蒸し白いんげん豆	8 10	グリンピース	8 10
たまねぎ	33 40	チキンスープ【7日④参照】	7 8.5	スライスこんにゃく	20 24	煮干しだしパック	3 3.6	チキンスープ【7日④参照】	8 10	サラダ油	1 1.2
ズッキーニ	20 24	スープストック(洋風)【7日⑤参照】	0.2 0.24	厚揚げ	25 30	すりみそ	11 12	スープストック(洋風)【7日⑤参照】	0.2 0.24	三温糖	2.5 3
パセリ	0.8 1	塩	0.15 0.18	グリンピース	8 10			うすくちしょうゆ	3 4	うすくちしょうゆ	4 5
チキンスープ【7日④参照】	12 15	こしょう	0.02 0.03	サラダ油	1 1	豚ももスライス	33 42	塩	0.2 0.24	こいくちしょうゆ	2.5 3
ダイストマト缶	29 35	うすくちしょうゆ	3.5 4	うすくちしょうゆ	3 3	①白菜キムチ	13 17	こしょう	0.02 0.03	みりん	1 1.2
トマトケチャップ【8日⑤参照】	5 6			こいくちしょうゆ	4 4	②山川きざみ漬	11 14			酒	1 1.2
ウスターソース【8日④参照】	2 2.4	鶏もも 皮つき	20 26	三温糖	2 3	太もやし	30 39	キャベツ	35 43		
三温糖	0.5 0.6	鶏肉はね身皮なし	18 22	みりん	1 1.2	にら	3 3.9			①スクール糸かまぼこ	12 14
塩	0.25 0.3	小麦粉	1.5 2	塩	0.1 0.12	こいくちしょうゆ	2 2.4	②国産鶏のてりやきパティ48	48 0	きゅうり	35 42
こしょう	0.04 0.05	でんぷん	5 7	でんぷん	1 1.3	純正ごま油	1 1.3	②国産鶏のてりやきパティ60	0 60	ささがきごぼう	23 28
②デューリイ高千穂生クリーム48	2.2 2.6	ゴーヤスライス	8 10							酢	3.5 4.2
		さつまいも(ダイス)	26 32	たこスライス	10 12.5	③冷凍カットフルーツ国産りんご	40 40	③スライスチーズ(中学校のみ)	0 15	うすくちしょうゆ	2 2.4
甘みあっさりパインカット1kg	19 23	大豆白絞油缶	4.5 5.5	酒	1 1.2	①白菜キムチ		①バーガーパン		三温糖	1.1 1.3
甘みあっさりみかん1kg	18 23	青豆(えだまめ)	8 10	きゅうり	32 38	はくさい、食塩、調味料[こんにゃく、砂糖・異性化液糖、たんぱく加水分解物(大豆)、醸造酢、トマト、唐辛子、オニオン、酒精、調味料(アミノ酸等)、酸味料、増粘多糖類、パプリカ色素]、水(アレルギー表示:大豆)		小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト(アレルギー表示:小麦、乳)			
甘みあっさり黄桃(ダイスカット)1kg	18 23	三温糖	1.8 2.2	太もやし	20 25	②山川きざみ漬		③スライスチーズ(中学校のみ)			
③カットゼリー(さくらんぼ)	24 30	はちみつ	1.8 2.2	花そうみ(乾わかめ)	1 1.2	干しだいこん、果糖ぶどう糖液糖、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、アミノ酸液、食塩、醸造酢、発酵調味料、香辛料(唐辛子)、たん白加水分解物、食塩、水(アレルギー表示:小麦、大豆)		ナチュラルチーズ、乳化剤(リン酸塩(Na)、クエン酸Na)、pH調整剤(重曹)、水(アレルギー表示:乳)			
①黒糖パン		みりん	1.4 1.7	酢	2.7 3.2						
小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト、黒糖(アレルギー表示:小麦、乳)		こいくちしょうゆ	0.4 0.5	三温糖	1.8 2.16						
②デューリイ高千穂生クリーム48		うすくちしょうゆ	2.6 3.2	うすくちしょうゆ	2.7 3.2						
生乳(アレルギー表示:乳)				塩	0.1 0.12						
③カットゼリー(山形県産さくらんぼ)											
砂糖・ぶどう糖液糖、砂糖、さくらんぼ果汁、水溶性食物繊維、水、ゲル化剤(増粘多糖類)、酸味料、紅麴色素、香料、クエン酸鉄Na、酸化防止剤(ビタミンC)(アレルギー表示:ー)						③冷凍カットフルーツ国産りんご		②国産鶏のてりやきパティ			
						りんごシロップ漬け、酸味料、酸化防止剤(V.C)(アレルギー表示:りんご)		鶏肉、ソーセージ、オニオン、玉ねぎ、パン粉、粉末状植物性たん白(大豆)、発酵調味料、しょうゆ(小麦、大豆)、砂糖、りんご、粒状植物性たん白(大豆)、果糖ぶどう糖液糖、香辛料(黒こしょう、コロン、パプリカ、オールスパイス、ショウガ、ニンニク)、加工でん粉、水あめ、食塩、増粘剤(加工でん粉)、揚げ油(パーム)、水(アレルギー表示:小麦、大豆、鶏肉、りんご)			
						※ オレンジ、キウイフルーツ、もも、バナナ、大豆、ゼラチン		※乳成分、卵			