

12月1日 (木)		12月2日 (金)		12月5日 (月)		12月6日 (火)				
バーガーパン 白いんげん豆のクリームスープ ゆでキャベツ チキンハンバーグ		白ごはん 春雨スープ ビビンバ		①緑豆春雨 緑豆でんぷん (アレルギー表示: -)		五目釜めし おでん(地頭鶏) ちりめんの酢の物		白ごはん けんちん汁(人参無し) 白菜のゆず和え ブリフライ		
①バーガーパン	①バーガーパン 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)	50 70	米飯	②スープストック(洋風) 食塩、砂糖、ぶどう糖、豚脂、コーンスターチ、ばれいしょでん粉、粉末動物油脂(豚肉)、たん白加水分解物(大豆、ゼラチン)、乳酸発酵酵母エキスパウダー、乳酸発酵マトエキスパウダー、デキストリン、酵母エキスパウダー、かつおエキスパウダー、香辛料(にんにく)、調味料(アミノ酸等)、酸味料 (アレルギー表示:大豆、豚肉、ゼラチン)	70 90	①国産五目釜めし 米飯	20 24 70 90	米飯	70 90	
無塩バター		0.3 0.4	サラダ油		0.4 0.5			豆腐	20 26	
②カットベーコン		10 13	①緑豆春雨		7 9	鶏もも皮つき(みやざき地頭鶏)	20 24	いなか揚げ(油揚げ)	5 7	
にんじん		24 30	鶏もも皮つき		15 19	鶏肉はね身皮なし(みやざき地頭鶏)	14 16	だいこん	23 29	
たまねぎ		34 42	にんじん		16 20	酒	1 1.2	①かまぼこ(ピンク)	10 13	
ミニカリフラワー		22 26	キャベツ		18 22	①国産五目釜めし しょうゆ(小麦、大豆)、ごぼう、たけのこ、こんにやく、にんじん、鶏肉、油揚げ、たん白加水分解物(小麦)、植物油(なたね)、食塩、鰹節エキス、みりん、煮干しエキス、干しいたけ、カキエキス(大豆)、チキンエキス、醸造調味料、砂糖、昆布エキス、水 (アレルギー表示:小麦、大豆、鶏肉)	20 25	ささがきごぼう	10 12	
パセリ		0.8 1	たまねぎ		20 25	にんじん	18 23	里いも(冷凍)	25 32.5	
国産白いんげん豆のペースト		28 34	えのきたけ		10 13	だいこん	30 38	椎茸スライス(干)	0.5 0.6	
蒸し白いんげん豆		12 14.5	ねぎ(冷凍)		3 3.6	三角こんにやく	20 25	ねぎ(冷凍)	2.5 3	
③ベシヤメルソース	②カットベーコン 豚ばら肉、水あめ、砂糖、食塩、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、発色剤(亜硝酸Na)、香辛料抽出物、食品素材 (アレルギー表示:豚肉)	9 11	チキンスープ【1日⑤参照】		9 12	②ちくわ(卵抜き)	15 19	煮干しだしパック	3 3.6	
牛乳(調理)		23 30	②スープストック(洋風)		0.22 0.27	③スクールがんと	7 9	うすくちしょうゆ	5 6	
④デーリィ高千穂生クリーム48	③ベシヤメルソース 乳製品、粉末植物油(乳)、小麦粉、たん白加水分解物(大豆、小麦)、小麦たん白発酵調味料、砂糖、デキストリン(大豆乳)、食塩、酵母エキスパウダー、オニオンパウダー、ほたてエキスパウダー、 (アレルギー表示:乳、小麦、大豆)	3.4 4.2	うすくちしょうゆ		4 4.8	ゆでうずら卵	20 26	酒	1 1.2	
塩		0.22 0.3	塩		0.2 0.24	おでん昆布	0.8 1	白菜	32 38	
こしょう(袋入り)		0.02 0.03	こしょう		0.02 0.03	うすくちしょうゆ	3 3.6	にんじん	5 6	
⑤チキンスープ		8 10	宮崎牛もも細切り		40 50	こいくちしょうゆ	2.5 3	ゆず果汁	0.5 0.6	
⑥ヘルシーファームコンソメ		0.33 0.41	しょうが		0.5 0.6	三温糖	1 1.2	刻み生ゆず(冷凍)	0.4 0.5	
うすくちしょうゆ		0.3 0.36	国産おろしにんにく		0.3 0.4	みりん	2 2.4	三温糖	0.6 0.7	
キャベツ		35 43	三温糖		1.4 1.7	煮干しだしパック		うすくちしょうゆ	1.1 1.3	
⑦国産鶏のてりやきパティ48		48 0	こいくちしょうゆ		4.5 5.5	キャベツ	33 40	酢	0.9 1.1	
⑦国産鶏のてりやきパティ60		0 60	酒		1 1.2	きゅうり	25 30	塩	0.02 0.03	
			純正ごま油		0.3 0.4	花そうみ(乾わかめ)	1 1.2	②国産天然ぶりフライ	50 50	
			カットほうれん草		13 16	④煮干しちりめん	3 3.6	大豆白絞油缶	5 5	
			③錦糸玉子(フュージョン)		8 11	酢	3.5 4.2			
			太もやし		30 38	三温糖	1.2 1.5			
			たけのこ缶		9 12	うすくちしょうゆ	2.3 2.8	①かまぼこ(ピンク)	②国産天然ぶりフライ	
								魚肉(タラ、イトヨリ)、澱粉(馬鈴薯)、砂糖、加工デンプン、豆腐(馬鈴薯)、砂糖、みりん、食塩、着色料(コチニール)水 (アレルギー表示:-) ※えび、かに	ぶり、〈衣〉パン粉、小麦粉、食塩、増粘多糖類(グァーガム・キサンタンガム)、水 (アレルギー表示:小麦) ※卵、乳成分、えび、いか、さば、大豆	
④デーリィ高千穂生クリーム48 生乳 (アレルギー表示:乳)	⑤チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、水 (アレルギー表示:鶏肉)		⑦国産鶏のてりやきパティ 鶏肉、ソテーオニオン、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)、果糖ブドウ糖液糖、香辛料(黒こしょう、コーン、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) ※乳成分、卵		③錦糸玉子(フュージョン) 鶏卵、砂糖、食塩、マルチオール、かつおだし、昆布だし、加工デンプン、食品素材(水あめ、魚介エキス、カタクチイワシ)、食用油脂(大豆・菜種)、酢酸Na、調味料(アミノ酸)、リゾチーム、水 (アレルギー表示:卵、大豆)		②ちくわ(卵抜き) タマガシラ、ばれいしょ澱粉、小麦でん粉、植物油(なたね)、食塩、大豆たん白、ぶどう糖、発酵調味料、調味料(アミノ酸等)(牛肉、豚肉)、甘味料(ステビア)、キシロース、保存料(ソルビン酸)、水 (アレルギー表示:小麦、大豆、牛肉、豚肉) ※えび、かに		③スクールがんと 大豆、人参、ごぼう、ひじき、砂糖、加工デンプン、豆腐用凝固剤、なたね油 (アレルギー表示:大豆) ※ごま、やまいも	
⑥ヘルシーファームコンソメ 食塩、デキストリン、麦芽糖、チキンコンソメパウダー、ぶどう糖、酵母エキスパウダー、たん白加水分解物(豚肉、鶏肉)、チキンエキスパウダー、鶏脂、砂糖、魚醤パウダー、香辛料、トマトパウダー、オニオンエキスパウダー、乳酸発酵酵母エキスパウダー、にんじんエキスパウダー、香辛料抽出物、酸味料 (アレルギー表示:鶏肉、豚肉)							④煮干しちりめん ちりめん (アレルギー表示:-) ※えび、かに、いか、さば			

12月7日 (水)		12月8日 (木)		12月9日 (金)		12月12日 (月)		
減量青菜ご飯 焼き豚ラーメン えだまめサラダ		米粉パン ボルシチ フルーツポンチ		白ごはん かぼちゃとほうれん草のみそ汁 高菜そぼろ丼 ブルーベリークレープ		減量白ごはん キムチうどん 大根のゆかり和え さんまかぼすレモン煮		
①乾燥大根葉 大根葉、ぶどう糖、食塩 (アレルギー表示:ー)		①米粉パン 米粉ミックス(米粉・小麦グルテン)、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳、食塩、イースト (アレルギー表示:小麦、乳)		①玉子そぼろ (フュージョン) 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(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)				
米飯 ①乾燥大根葉	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)	60 80 1.7 2.1	①米粉パン	50 70	米飯	70 90	米飯	60 80
②学 冷凍ラーメン 豚ももスライス		46 56 23 28	②スクールミートボール(乳・卵抜き) 豚ももスライス	22 28 15 20	かぼちゃ(生)短冊 カットほうれん草	30 36 16 20	冷凍うどん 豚ももスライス	56 68 20 24
③給食用焼豚カット(乳・卵不使用)	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	13 16 1 1.2 15 19 15 18 20 25	たまねぎ じゃがいも たまねぎ にんじん キャベツ マッシュルーム パセリ	27 34 20 25 18 22 8 10	たまねぎ 花そうみ(乾わかめ) いなか揚げ(油揚げ) 豆腐	23 28 0.3 0.4 5 6.5 20 25	酒 椎茸スライス(干) いなか揚げ(油揚げ) ささがきごぼう	0.8 1 11.2 3 3.6 10 12
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		0.3 0.4 0.3 0.4 0.3 0.4 0.3 0.4 0.3 0.4	④マイルドデミグラスソース スープストック(洋風)【2日②参照】	0.6 0.8 5 6 5 6	えのきたけ 煮干しだしパック すりみそ	10 12 3 3.5 11 13	白菜 にんじん ①白菜キムチ ねぎ(冷凍)	15 18 8 10 12 15 2.5 3
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	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)	10 12 0.4 0.5 3 3.6 2 2.4	⑤新やわらか豆乳デザート	6 7.2 13 16 5 6	①玉子そぼろ(フュージョン) 豚ミンチ サラダ油	25 30 32 38 1 1.2	煮干しだしパック みりん うすくちしょうゆ 塩	3 4 1 1.2 3.5 4.2 0.1 0.2
塩 こしょう 純正ごま油		0.2 0.25 0.03 0.04 1 1.2	⑤新やわらか豆乳デザート	0.25 0.32 4 5 0.25 0.3 0.8 1	酒 ②県産高菜漬刻み 三温糖	1 1.2 23 28 1.5 1.8	だいこん ②ゆかり(S) うすくちしょうゆ	37 45 0.3 0.35 0.3 0.36
⑥ノンオイルまぐろチャンク きゅうり キャベツ 青豆(えだまめ)	⑥ノンオイルまぐろチャンク まぐろ、野菜スープ、食塩、調味エキス、調味料(アミノ酸等)(大豆)、増粘剤(アミノ酸等) (アレルギー表示:大豆)	12 15 25 30 20 25 12 15	⑤新やわらか豆乳デザート	19 23 18 23 18 23 22 28	いりごま ③フレンズクレープ(ブルーベリー)	1.4 1.8 1 1.2 1.5 1.8	③さんまかぼすレモン煮	50 50
⑦おいしい和風ドレッシング	⑦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)	7 8	⑤新やわらか豆乳デザート		②県産高菜漬刻み 高菜、食塩、醸造酢、うこん粉、水 (アレルギー表示:ー)	1.5 1.8	③さんまかぼすレモン煮	
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			③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)		③フレンズクレープ(ブルーベリー) 豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、ブルーベリー果汁、水あめ、植物油、調整豆乳粉末、砂糖・ぶどう等果糖液糖、麦芽糖、レモン果汁、加工デンプン、増粘剤(カードラン)、乳化剤、ゲル化剤(増粘多糖類)、安定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤、酸味料、メタリン酸Na、着色料(カラメル、カロチノイド)、ベーキングパウダー、ピロリン酸第二鉄、水 (アレルギー表示:大豆)		①白菜キムチ はくさい、食塩、調味料(にんにく、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)	
			④マイルドデミグラスソース ブラウルウ(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソテードオニオン(たまねぎ・大豆油)、チキンエキス、人参、砂糖、酵母エキス、とうもろこしでんぷん、食塩、香辛料(黒こしょう)、水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉) ※えび、かに、卵、乳成分、落花生				②ゆかり 塩蔵赤しそ(赤しそ、食塩、梅酢)、砂糖、食塩、酵母エキス、酸味料 (アレルギー表示:ー)	
			⑤新やわらか豆乳デザート 豆乳、砂糖・ぶどう糖、果糖液糖、砂糖、水溶性食物繊維、植物油、水あめ、大豆粉、水、ゲル化剤(加工デンプン、増粘多糖類)、貝カルシウム、香料、乳化剤、pH調整剤、ピロリン酸第二鉄 (アレルギー表示:大豆)				③さんまかぼすレモン煮 さんま、砂糖、しょうゆ(小麦、大豆)、かぼす果汁、レモンペースト、本みりん、でん粉(馬鈴薯)、レモン果汁、食塩、水 (アレルギー表示:小麦、大豆)	

※コンタミ・キャリー等由来

12月13日(火)		12月14日(水)		12月15日(木)		12月16日(金)		12月19日(月)	
わかめご飯 じゃが芋のそぼろ煮 千切大根の酢の物		白ごはん 八宝菜 もやしのレモン和え 揚げギョーザ		黒糖パン 冬野菜のミートボールスープ スイートポテトサラダ ムース		白ごはん 雪見団子汁 豚肉と野菜の味噌炒め		白ごはん 大和煮 和風和え	
米飯	70 90	米飯	70 90	①黒糖パン	50 70	米飯	70 90	米飯	70 90
①ヘルシーファームわかめご飯の素 2.6 3.4				①黒糖パン 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)					
じゃがいも	36 45	豚ももスライス	30 38	サラダ油	0.6 0.8	①白玉もち	25 33	豚ももスライス	35 44
鶏ひき肉もも皮つき	15 19	ゆでうずら卵	22 27	②国産鶏と豚のミートボールFe・Ca	28 37	鶏もも皮つき	10 13	サラダ油	1 1
鶏ひき肉はね身皮なし	15 19	にんじん	22 27	たまねぎ	15 21	だいこん	20 26	里いも(冷凍)	34 43
たまねぎ	25 30	白菜	35 44	にんじん	12 15	えのきたけ	10 12	たまねぎ	30 37
にんじん	20 25	たけのこ缶	18 23	かぶ	10 15	にんじん	12 15	にんじん	25 32
椎茸スライス(干)	0.8 1	きくらげスライス	1.2 1.5	白菜	20 25	ささがきごぼう	10 12	乱切りごぼう	20 25
たけのこ缶	13 16	たまねぎ	32 40	ミニブロッコリー	15 19	スライスこんにやく	10 12	糸こんにやく	24 30
スライスこんにやく	20 24	中華用スープストック【7日⑤参照】	0.2 0.24	蒸し白いんげん豆	8 11	椎茸スライス(干)	1 1	たけのこ缶	13 16
厚揚げ	30 36	うすくちしょうゆ	4 5.1	チキンスープ【1日⑤参照】	8 10	みつば	3 3	しょうが	1 1
グリーンピース	8 10	塩	0.2 0.24	スープストック(洋風)【2日②参照】	0 0	煮干しだしパック	3 4	三温糖	2 2
サラダ油	0.8 1	こしょう	0.02 0.03	うすくちしょうゆ	3 4	うすくちしょうゆ	5 6	みりん	1 1
うすくちしょうゆ	2.7 3.2	でんぷん	2.3 2.8	塩	0 0	酒	1 1	酒	1 1
こいくちしょうゆ	3.7 4.5	サラダ油	0.8 1	こしょう	0 0			こいくちしょうゆ	5 6
三温糖	2.3 2.8	太もやし	35 42	さつまいも(ダイス)	30 36	サラダ油	1 1	うすくちしょうゆ	1 1
みりん	1 1.2	レモン汁	0.3 0.36	きゅうり	30 36	豚ももスライス	36 47		
塩	0.1 0.12	うすくちしょうゆ	1 1.2	ローズハムスライス【13日②参照】	10 12	酒	1 1.2	キャベツ	25 31
千切りだいこん	3.5 4.5	①ニラ入りギョーザ	30 45	塩	0.2 0.24	厚揚げ	18 23	きゅうり	26 32
きゅうり	40 48	大豆白絞油缶	3 4.5	こしょう	0.02 0.02	キャベツ	22 28	ちくわ(卵抜き)【5日②参照】	12 15
②ローズハムスライス	10 13	①ニラ入りギョーザ		③マヨネーズ	8 10	たまねぎ	23 29	おいしい和風ドレッシング【7日⑦参照】	8 10
酢	3 3.6	キャベツ、たまねぎ、にら、豚肉、豚脂、粒状大豆たん白、おろしにんにく、しょうゆ、砂糖、中華調味料、植物油(大豆、ごま)、おろししょうが、みりん、こしょう、調味料(アミノ酸等)、加工デンプン、皮【小麦粉、大豆粉、植物油(なたね、大豆)、食塩}、水 (アレルギー表示:小麦、豚肉、大豆、鶏肉、ごま) ※えび、卵、乳		④冷凍ムース	40 40	冷凍カラービーマンミックス10F	3 4		
三温糖	1.6 1.9			②国産鶏と豚のミートボールFe・Ca		三温糖	1 1.2		
塩	0.1 0.12			鶏肉、豚肉、たまねぎ、パン粉、粉末状植物性たん白(小麦)、でん粉(馬鈴薯)、炭酸カルシウム、酵母エキス、食塩、香辛料(ナツメグ、黒こしょう)、ピロリン酸第二鉄 (アレルギー表示:小麦、鶏肉、豚肉)		うすくちしょうゆ	0.4 0.48		
うすくちしょうゆ	3 3.6			③マヨネーズ		すりみそ	3.5 4.2		
すりごま	1 1.3			食用植物油(なたね・大豆)、卵黄、醸造酢(りんご)、食塩、調味料(アミノ酸等)、香辛料(マスタード)、香辛料抽出物、水 (アレルギー表示:卵、大豆、りんご)		いりごま	1 1.2		
②ローズハムスライス				④冷凍ムース		①白玉もち			
豚ロース肉、乳蛋白、大豆蛋白、食塩、卵蛋白、ホーケエキス、トレハロース、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				加糖練乳、クリーム、脱脂粉乳、水飴、植物油(ヤシ)、食塩、牛乳、ゲル化剤(増粘多糖類)(カラギーナン、ローカストビーンガム、グァーガム、タラガム)、香料(バニラ・プリン)、乳化剤(グリセリン脂肪酸エステル)、水 (アレルギー表示:乳)		もち米粉、加工でん粉、水 (アレルギー表示:一)			

12月20日 (火)		12月21日 (水)		12月22日 (木)		12月23日 (金)	
麦ごはん (10%) 宮崎牛のカレー ひじきとチーズのサラダ		白ごはん 呉汁 れんこんきんぴら わかめふりかけ		ミルクパン 野菜スープ ブロッコリーとコーンのサラダ フライドチキン クリスマスケーキ		白ごはん じゃがいものすいとん汁 白菜の塩昆布あえ さばのごまみそだれかけ	
米飯 63 90 精麦 7 10 サラダ油 国産おろしにんにく 宮崎牛もも (角切) たまねぎ にんじん じゃがいも チキンスープ【1日⑤参照】 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 トマトケチャップ【8日③参照】 ④ウスターソース リンゴピューレ缶 干ひじき ミニカリフラワー きゅうり ⑤クッキングチーズ うすくちしょうゆ 三温糖 酢 サラダ油	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	米飯 70 90 すりだいず (呉) ひきわり大豆 豆腐 いなか揚げ (油揚げ) だいこん しめじ たまねぎ ねぎ (冷凍) 花そうみ (乾わかめ) すりみそ 煮干しだしパック ①七味唐 がらし 唐辛子、 陳皮、胡 麻、山椒、 青のり、ケ シの実、 しょうが (アレルギー表示: ごま) ※青のり (えび、か に)	①ミルクパン 50 70 カットベーコン【1日②参照】 9 11 たまねぎ 28 35 しめじ 11 13 キャベツ 25 30 かぼちゃ(生)短冊 27 34 パセリ 0.8 1 チキンスープ【1日⑤参照】 8 10 スープストック (洋風)【2日②参照】 0.2 0.24 うすくちしょうゆ 3.5 4 塩 0.2 0.24 こしょう 0.02 0.03 ミニブロッコリー 30 37 ホールコーン缶 7 8.4 ②ノンオイルドレッシングクリーミーフレンチ 3.3 4 ③宮崎県産S和風フライドチキン 50 60 大豆白絞油缶 5 6 ④お米deクリスマスチョコケーキ 32 32 ②ノンオイルドレッシングクリーミーフレンチ 砂糖、醸造酢、デキストリン、食塩、酵母エキス、レモン果汁、オニオンパウ ダー、ホワイトペッパー、増粘剤(キサンタンガム)、水 (アレルギー表 示:ー)	米飯 70 90 荒くだきポテト 30 36 でんぷん 3 3.6 小麦粉 3 3.6 サラダ油 1 1.2 鶏もも 皮つき 10 12 だいこん 15 18 ささがきごぼう 8 10 にんじん 10 12 いなか揚げ (油揚げ) 3 3.6 白ねぎ 3 3.6 煮干しだしパック 3 3.6 うすくちしょうゆ 3 3.6 塩 0.4 0.5 酒 1 1.2 白菜 35 45 にんじん 6 8 ①塩こんぶ (塩吹昆布) 1 1.2 こいくちしょうゆ 0.5 0.6 さば切身 50 60 酒 3.8 4 しょうが 2.2 2.6 すりみそ 4 4.4 三温糖 3 3.6 みりん 1.3 1.4 こいくちしょうゆ 1.3 1.4 すりごま 1 1.1 いりごま 1 1.1 水 8.5 10 ①塩こんぶ (塩吹昆布) 昆布、醤油 (小麦、大 豆)、食塩、 醤油加工品 (小麦、大 豆)、たんぱ く加水分解 物(大豆)、 甘味料(ソル ビトール、甘 草)、調味料 (アミノ酸等) 増粘多糖類 (アレルギー 表示:小麦、 大豆)			
③エブリイカレー フレーク 小麦粉、加工油脂 (パーム)、砂糖、食 塩、カレー粉、ぶどう 糖、コーンスターチ、オニオン パウダー、たん白加水 分解物(大豆)、酵母 エキス、カラメル色素 (ア レルギー表示:小麦、 大豆)	④ウスターソース トマト、玉ねぎ、人参、ねぎ、マツ シュルーム、にんにく、シャロット、 砂糖、ぶどう糖果糖液糖、醸造酢、 食塩、香辛料、たん白加水分解物 (アレルギー表示:ー)	②すこやかふりかけわかめ 2 2 ②すこやかふりかけわかめ 調味顆粒(ぶどう糖、砂糖、食塩、鰹節粉、 とうもろこしでん粉、デキストリン、酵母エキス、 抹茶)、わかめ、海苔、味付鰹削り節(鰹 削り節、砂糖、食塩、酵母エキス、しいたけ エキス)、貝カルシウム、セルロース、酸化防止剤 (ビタミンE) (アレルギー表示:ー) ※えび、かに、さけ	③宮崎県産S和風フライドチ キン 鶏肉、澱粉、小麦粉、食塩、 香辛料、デキストリン、砂糖、 大豆粉、粉末状大豆蛋白、 粉末油脂、異性化液糖、酵 母エキス/調味料(アミノ酸 等)、重曹、pH調整剤、ソル ビット、増粘剤(グァーガム、 キサンタン)、香辛料抽出物 (アレルギー表示:小麦、大 豆、鶏肉)	④お米deクリスマスチョコケーキ 豆乳、砂糖、加工油脂、米粉、ココ アパウダー、水あめ、植物油、調整 豆乳粉末、こんにやく加工品(水あ め、こんにやく粉、でん粉)、清涼飲 料水、発酵調味料、水、加工デンプ ン、トレハロース、増粘剤(カードラ ン、アルギン酸エステル)、カラメル 色素、乳化剤、炭酸Ca、膨張剤、安 定剤(増粘多糖類)、香料、凝固剤・ ピロリン酸第二鉄・メタリン酸Na使 用 (アレルギー表示:大豆)			

※コンタミ・キャリー等由来