

1月8日 (水)				1月9日 (木)				1月10日 (金)				1月14日 (火)			
麦ごはん ポークカレー フルーツポンチ				減量黒糖パン 鶏肉のクリームスパゲティ ツナサラダ				白ごはん 雑煮 紅白なます いわしの梅味噌煮				白ごはん すまし汁 キャベツのおかかあえ 鶏のからあげ			
麦ごはん (10%混入) 70 100 ①チキンスープ 鶏骨、酵母エキス、 水 (アレルギー表示: 鶏肉)				①黒糖パン 40 60 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)				精白米 70 90 鶏肉 もも 皮つき 鶏肉 はねみ 皮なし 酒				精白米 70 90 豆腐 25 31 にんじん 10 13 えのきたけ 10 12 花そうみ (乾わかめ) 0.3 0.4 ①魚そうめん 18 22.5			
サラダ油 0.5 0.8 国産おろしにんにく 0.4 0.52 豚ももスライス 30 39 たまねぎ 33 43 にんじん 25 32.5 じゃがいも 40 52 ①チキンスープ 6 8 ②スペシャルカレーフレーク 5 6.5 ③エブリィカレーフレーク 4 6 ④とろける給食用カレーフレーク 4 6 ⑤トマトケチャップ 3 3.9 ⑥ウスターソース 0.8 1.05 すりおろしりんご (1kgレトルト) 7.5 9.5 甘みあっさりパインチビット 16 21 甘みあっさりみかん 17 21 甘みあっさり黄桃ダイス 17 21 ⑦アレンジダイスゼリー・国産温州みかん(鉄) 28 36 ④とろける給食用カレーフレーク 小麦粉、植物油脂(パーム、なたね)、砂糖、でん粉(とうもろこし)、食塩、カレー粉、デキストリン、さつまいもパウダー、酵母エキスパウダー、白菜エキスパウダー、香辛料、ローストキャベツパウダー、ローストオニオンパウダー、カラメル色素 (アレルギー表示:小麦、大豆)				②カットスパゲティ 22 27 ③無塩せきバラベーコン短冊 8 10 ④マッシュルーム 12 14.5 チキンスープ【8日①参照】 6 7.2 ④ヘルシーファームコンソメ 0.3 0.36 ⑤ベシャメルソース 7.7 9 ③エブリィカレーフレーク 0.15 0.18 牛乳(調理) 27 32 ⑥デーリイ高千穂生クリー48 1.5 1.8 ⑦ノンオイルまぐろチャンク 12 15 キャベツ 28 34 きゅうり 27 32 ⑧おいしい玉ねぎドレッシング 8 10 ④ヘルシーファームコンソメ 食塩、デキストリン、麦芽糖、チキンエキスパウダー、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)、チキンコンソメパウダー、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、香辛料抽出物、酸味料 (アレルギー表示:鶏肉、豚肉)				①煮込み餅 白 (10g) 17.5 21 ②煮込み餅 赤 (10g) 17.5 21 デュラム小麦のセモリナ (アレルギー表示:小麦) ③かまぼこ(ピンク) ごぼう(ささがき) 椎茸スライス(干) 白ねぎ ④厚削節(不織布袋入り) うすくちしょうゆ みりん 塩 だいこん にんじん 刻み昆布(1mm) 刻み生ゆず(冷凍) すりごま 三温糖 酢 うすくちしょうゆ 塩 ⑤いわし梅味噌煮 40 50 ②煮込み餅(赤) もち米粉、でん粉、トレハロース、こんにゃく粉 増粘剤(加工でん粉)、水 (アレルギー表示:—)				①煮込み餅 (白) 30 36 もち米粉、でん粉、トレハロース、こんにゃく粉 増粘剤(加工でん粉)、水 (アレルギー表示:—) 鶏肉 もも 皮つき 鶏肉 はねみ 皮なし 酒 こしょう 0.2 0.24 0.4 0.5 0.67 0.8 1 1.2 1.4 1.7 0.81 0.97 0.1 0.12 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、植物油脂(ベニバナ)、水 (アレルギー表示:—) ※イトヨリはえび・かにを食べています。(※小麦、卵、乳、大豆、豚肉、いか、ごま、さば) ②花かつおきざみ かつおのふし (アレルギー表示:—) ※さば			
⑤トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう糖果糖液糖、ぶどう糖)、醸造酢、玉ねぎ、食塩、香辛料 (アレルギー表示:—)				⑤ベシャメルソース 乳製品、粉末植物油脂(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:—) えび、かに ④厚削節(不織布袋入り) ウルメ、さば (アレルギー表示:さば) ※小麦、大豆(しょうゆ)、いか(するめ)				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、植物油脂(ベニバナ)、水 (アレルギー表示:—) ※イトヨリはえび・かにを食べています。(※小麦、卵、乳、大豆、豚肉、いか、ごま、さば) ②花かつおきざみ かつおのふし (アレルギー表示:—) ※さば			
⑥ウスターソース トマト、玉ねぎ、人参、ねぎ、マッシュルーム、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:—)				⑥デーリイ高千穂生クリーム48 牛乳 (アレルギー表示:乳)				⑦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) ⑧おいしいたまねぎドレッシング 調味酢、しょうゆ(小麦、大豆)、食用植物油脂(大豆、なたね)、玉ねぎ、砂糖、椎茸、かつおだし(豚肉) にんにく (アレルギー表示:小麦、大豆、豚肉)				⑤いわし梅味噌煮 いわし、砂糖、みそ、しそ抽出液、本みりん、梅肉、米粉、食塩、水 (アレルギー表示:大豆)			
⑦アレンジダイスゼリー・国産温州みかん(鉄) みかん果汁(還元)、果糖ぶどう糖液糖、果糖、砂糖、グラニュー糖、水、ゲル化剤、酸味料、香料、クエン酸鉄Na (アレルギー表示:—)				※コンタミ・キャリー等由来											

1月15日 (水)				1月16日 (木)				1月17日 (金)				1月20日 (月)				1月21日 (火)					
白ごはん		米粉パン		白ごはん		減量梅菜めし		白ごはん		梅美(梅菜めし)		白ごはん		梅美(梅菜めし)		白ごはん		白ごはん			
豚汁		チリコンカン		筑前煮		肉うどん		筑前煮		塩蔵青菜(広島菜、京菜、大根葉)、塩蔵梅(梅、食塩、赤しそ液)、砂糖、ごま、食塩、ぶどう糖、酵母エキス、昆布エキス、鰹削り節粉末、加工でん粉、酸味料、炭酸カルシウム、アントシアニン色素【アレルギー表示:ごま】		コーンスープ		梅美(梅菜めし)		コーンスープ		梅美(梅菜めし)			
にんじんしりしり		みかんサラダ		ブロッコリーのマヨネーズ和え		海藻ナムル		豆乳プリンタルト		きゅうりの塩昆布あえ		あじチーズフライ		きゅうりの塩昆布あえ		あじチーズフライ		きゅうりの塩昆布あえ			
いちごのステイクケーキ																					
精白米	70	90	①米粉パン	50	70	①米粉パン 米粉ミックス(米粉、粉末状小麦たん白、酵素)、ショートニング、砂糖、脱脂粉乳	精白米	70	90	①梅美(梅菜めし) (三島食品)	2.3	3	精白米	60	80	精白米	70	90	精白米		
豚ももスライス	22	27	冷凍大豆(煮大豆)	30	36	鶏肉 もも 皮つき	13	17	鶏肉 もも 皮つき	13	17	鶏肉 はねみ 皮なし	15	19.5	うどん	60	72	クリームコーン缶	20	25	クリームコーン缶
だいこん	26	32	豚ひき肉	25	30	鶏肉 はねみ 皮なし	15	19.5	鶏肉 はねみ 皮なし	15	19.5	じゃがいも	35	44	サラダ油	0.5	0.6	ホールコーン缶	10	12	ホールコーン缶
はくさい	12	15	じゃがいも	40	50	じゃがいも	22	28	じゃがいも	22	28	にんじん	21	26	牛肉ももスライス	22	27	無塩せきバラベーコン短冊【9日③参照】	5	7	無塩せきバラベーコン短冊【9日③参照】
豆腐	15	20	たまねぎ	30	36	ごぼう(乱切り)	21	26	ごぼう(乱切り)	21	26	三温糖	1.1	1.32	にんじん	20	25	にんじん	20	25	にんじん
たまねぎ	20	24	にんじん	15	18	れんこん(乱切り)	13	17	れんこん(乱切り)	13	17	濃口醤油	1.5	1.8	たまねぎ	35	44	たまねぎ	35	44	たまねぎ
ごぼう(ささがき)	8	10	国産おろしにんにく	0.5	0.6	三角こんにゃく(小)	21	26	三角こんにゃく(小)	21	26	みりん	0.4	0.48	えのきたけ(宮崎県産)	10	12	えのきたけ(宮崎県産)	10	12	えのきたけ(宮崎県産)
里いも(冷) 3S	20	24	パセリ	1	1.2	①平天(さつまあげ)	20	25	①平天(さつまあげ)	20	25	酒	1	1.2	チキンスープ【8日①参照】	6	8	チキンスープ【8日①参照】	6	8	チキンスープ【8日①参照】
白ねぎ	3	4	サラダ油	0.5	0.6	たけのこ缶	13	16	たけのこ缶	13	16	たまねぎ	12	14.5	①中華用スープストック	0.2	0.24	①中華用スープストック	0.2	0.24	①中華用スープストック
生姜	1	1.2	トマトピューレ	35	42	濃口醤油	2.5	3.2	濃口醤油	2.5	3.2	うすくちしょうゆ	2.5	3.2	塩	0.15	0.18	塩	0.15	0.18	塩
煮干だし(片口いわし) 不織布袋入り	2	2.5	トマトケチャップ【8日⑤参照】	4	4.8	三温糖	1.5	1.9	三温糖	1.5	1.9	椎茸スライス(干)	0.5	0.8	うすくちしょうゆ	3.5	3.7	うすくちしょうゆ	3.5	3.7	うすくちしょうゆ
すりみそ	10	12	ウスターソース【8日⑥参照】	2	2.4	みりん	1	1.3	みりん	1	1.3	ごぼう(ささがき) 宮崎県産	10	12	こしょう	0.02	0.03	こしょう	0.02	0.03	こしょう
①まぐろフレーク油漬(レトルト)	17	21	こしょう	0.04	0.05	サラダ油	0.8	1	白ねぎ	2	2.5	きざみ揚げ(カット油揚げ)	4	5	きゅうり	30	36	きゅうり	30	36	きゅうり
突きこんにゃく	17	21	②北海道シュレッドチーズ	3	4	ミニブロッコリー	27	34	ミニブロッコリー	27	34	うすくちしょうゆ	5	5.3	②きざみ揚げ(カット油揚げ)	5	5	スライス竹輪(半切) 卵白抜き	5	6	スライス竹輪(半切) 卵白抜き
にんじん	33	40	赤ワイン	2	2.4	きゅうり	23	29	きゅうり	23	29	うすくちしょうゆ	5	5.3	塩こんぶ	1	1.2	塩こんぶ	1	1.2	塩こんぶ
くきわかめ(冷) 細切り	9	10.8	チキンスープ【8日①参照】	14	16	ノンオイルまぐろチャンク【9日⑦参照】	8	10	⑤海藻サラダ	1.2	1.4	濃口醤油	0.3	0.36	濃口醤油	0.3	0.36	濃口醤油	0.3	0.36	濃口醤油
純正ごま油	1.5	1.8	③チリパウダー	0.06	0.07	青まめ	10	12.5	太もやし	25	30	太もやし	20	24	④あじチーズフライ	50	50	④あじチーズフライ	50	50	④あじチーズフライ
三温糖	2	2.4	キャベツ	30	36	塩	0.14	0.17	きゅうり	20	24	きゅうり	12	14	大豆白絞油缶	10	10	大豆白絞油缶	10	10	大豆白絞油缶
濃口醤油	3	3.6	きゅうり	17	20.4	うすくちしょうゆ	0.26	0.31	③とりささみチャンク	12	14	うすくちしょうゆ	2.5	3	①中華用スープストック			①中華用スープストック			①中華用スープストック
みりん	0.63	0.76	きゅうり	18	21.6	②L&Mノンエッグハーフ	6.5	8.1	酢	2.5	3	うすくちしょうゆ	2.5	3	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			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			
いりごま	0.3	0.36	甘みあっさりみかん	18	21.6	すりごま	0.7	0.9	三温糖	1.5	1.8	うすくちしょうゆ	2.5	3	②スライス竹輪(半切) 卵白抜き			②スライス竹輪(半切) 卵白抜き			②スライス竹輪(半切) 卵白抜き
すりごま	0.5	0.6	④ロースハムスライス(短冊)	5	6	①平天(さつまあげ)	0.6	0.7	純正ごま油	0.6	0.7	うすくちしょうゆ	2.5	3	えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)			えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)			えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)
②ちりめん	1	1.2	サラダ油	1.7	2	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:一)	0.7	0.9	塩	0.09	0.1	純正ごま油	0.6	0.7	③とりささみチャンク			③とりささみチャンク			③とりささみチャンク
③お米de国産いちごのステイクケーキ	25	25	レモン汁(ポッカレモン)	0.4	0.48	※えび、かに、卵白、小麦			④お米de国産豆乳プリンタルト	35	35	純正ごま油	0.6	0.7	④あじチーズフライ			④あじチーズフライ			④あじチーズフライ
①まぐろフレーク油漬			酢	1.3	1.56	※えび、かに・いか・さばが混ざる漁法で採取しています。			④お米de国産豆乳プリンタルト	35	35	塩	0.09	0.1	⑤海藻サラダ			⑤海藻サラダ			⑤海藻サラダ
まぐろ加工品、大豆油、野菜エキス、食塩、水 (アレルギー表示:大豆)			こしょう	0.02	0.02				豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤(増粘多糖類)、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤(キサンタンガム)、メタリノ酸Na、安定剤(キサンタンガム)、カラチノイド色素(アレルギー表示:大豆)						わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天 (アレルギー表示:一)			わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天 (アレルギー表示:一)			わかめ、茎わかめ、赤かえでのり、糸寒天 (アレルギー表示:一)
②ちりめん			赤唐辛子、コーンパウダー、食塩、クミン、オレガノ、ガーリック			(アレルギー表示:一)			豆乳、砂糖、米粉、ショートニング、加工油脂、砂糖・ぶどう糖果糖液糖、コーンフラワー、植物油、水溶性食物繊維、大豆粉、小麦不使用しょうゆ、発酵調味料、水、加工デンプン、ゲル化剤(増粘多糖類)、カラメル色素、炭酸Ca、乳化剤、ピロリン酸第二鉄、香料、増粘剤(キサンタンガム)、メタリノ酸Na、安定剤(キサンタンガム)、カラチノイド色素(アレルギー表示:大豆)						※えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)			※えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)			※えぞ、たら、グチ、馬鈴薯澱粉、食塩、調味料(アミノ酸) (アレルギー表示:一)
③お米de国産いちごのステイクケーキ			④ロースハムスライス(短冊)【桐生食品】			豚ロース肉、還元水あめ、大豆たん白、食塩、卵たん白、乳たん白、たん白加水分解物、調味エキス、カゼインNa、増粘多糖類、リン酸塩(Na)、調味料(アミノ酸等)、酸化防止剤(ビタミンC)、くん液、発色剤(亜硝酸Na)、カルミン酸色素(アレルギー表示:卵、乳成分、大豆、豚肉)															
豆乳、砂糖、米粉、いちごピューレ、植物油(米、なたね、大豆)、大豆粉、レモン果汁(濃縮還元)、加工デンプン、膨張剤、乳化剤、ビタミンC、紅麹色素、香料、水 (アレルギー表示:大豆)			※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン																		

※コンタミ・キャリー等由来

1月22日 (水)				1月23日 (木)				1月24日 (金)				1月27日 (月)					
白ごはん かぶと肉団子のスープ 豚肉と厚揚げのオイスター炒め				コッペパン 豚肉のブラウンシチュー フレンチサラダ				白ごはん 高野豆腐の卵とじ 糸かまぼことごぼうの和え物				わかめごはん かぼちゃの煮つけ ごまじゃこサラダ					
精白米	70	90	①NEW安心素材ミートボール8(鉄・Ca)	①コッペパン	50	70	①コッペパン	精白米	70	90	精白米	70	90	①わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
①NEW安心素材ミートボール8(鉄・Ca)	30	36	食肉(鶏肉、豚肉)、たまねぎ、つなぎ(でん粉、粉末状植物性)	豚ももスライス	32	40	小麦粉、ショートニング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト	たまねぎ	30	36	(大冷)ミニ絹厚揚げ【22日③参照】	30	38	②わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
②マロニー	5	6	たまねぎ、つなぎ(でん粉、粉末状植物性)	じゃがいも	40	48	(アレルギー表示:小麦、乳)	にんじん	23	28	たまねぎ	30	36	③わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
にんじん	17	22	にんじん	にんじん	20	25		鶏肉もも皮つき	12	14.5	たまねぎ	30	39	④わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
たまねぎ	30	36	たまねぎ	たまねぎ	30	36		鶏肉はねみ皮なし	12	14.5	椎茸スライス(干)	1	1.2	⑤わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
かぶ	23	28	しめじ	トマトピューレ	10	12		椎茸スライス(干)	1	1.2	にんじん	20	24	⑥わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
椎茸スライス(干)	0.5	0.6	トマトピューレ	②とろけるシチューフレーク	5	6		たけのこ缶	15	18	鶏肉もも皮つき	13	17	⑦わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
白ねぎ	2	2.4	②とろけるシチューフレーク	トマトケチャップ【8日⑤参照】	10	12		①凍り豆腐(サイの目)	6	7.2	鶏肉はねみ皮なし	13	17	⑧わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
チキンスープ【8日①参照】	6	8	(アレルギー表示:鶏肉、豚肉、大豆)	ウスターソース【8日⑥参照】	5	6		かまぼこ(ピンク)【10日③参照】	8	9.6	三角こんにゃく(小)	20	24	⑨わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
中華用スープストック【21日①参照】	0.2	0.24	えび、かに、小麦、卵、乳成分	③デミグラスソース	5	6		ほうれん草(カット)	13	15	かぼちゃ(カット)2cm角	40	50	⑩わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
うすくちしょうゆ	3	3.6		④ホワイトベース(レトルト)	5	6		液卵	30	36	青まめ	5	6	⑪わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
塩	0.1	0.12		赤ワイン	1	1.2		サラダ油	1	1.2	サラダ油	0.7	1	⑫わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
こしょう	0.02	0.02		チキンスープ【8日①参照】	7	9		三温糖	1.6	1.9	三温糖	1.8	2.2	⑬わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
豚ももスライス	32	39		こしょう	0.02	0.02		みりん	0.9	1	みりん	1.1	1.32	⑭わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
酒	1	1.2		サラダ油	0.7	0.9		酒	0.9	1	酒	1	1.2	⑮わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
純正ごま油	0.5	0.6		ミニカリフラワー	20	24		うすくちしょうゆ	5.4	6.5	濃口醤油	2.2	2.6	⑯わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
生姜	1	1.2		きゅうり	25	30		塩	0.1	0.12	うすくちしょうゆ	4	4.8	⑰わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
たけのこ缶	11	13		ホールコーン缶	10	12		②和風だしの素	0.18	0.2	キャベツ	29	35	⑱わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
キャベツ	26	31		とりささみチャンク【20日③参照】	8	10		③オーシャンキングングほぐし身	10	12	きゅうり	27	32	⑲わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
ピーマン	4.2	5.3		サラダ油	1.5	1.8		きゅうり	33	39	ロースハムスライス(短冊)【16日④参照】	8	10	⑳わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
カラーピーマンミックスIQF	5	6		酢	2.4	2.9		ごぼう(ささがき)宮崎県産	20	24	ちりめん【15日②参照】	3	3.6	㉑わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
③(大冷)ミニ絹厚揚げ	23	27		塩	0.26	0.31		④おいしい和風ドレッシング	7.5	9.7	酢	2.5	3	㉒わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
④オイスターソース(マルハ)	1.7	2		こしょう	0.03	0.03		①凍り豆腐(サイの目)			すりごま	1.4	1.7	㉓わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
濃口醤油	1.8	2.2		②とろけるシチューフレーク	ビーフ			丸大豆、豆腐用凝固剤、重曹(膨脹剤)、消泡剤			三温糖	2	2.4	㉔わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
三温糖	0.5	0.6		食用油脂(パーム油、なたね油)、小麦粉、でん粉、砂糖、食塩、ソテー・ド・オニオン、白菜エキスパウダー、トマトソースパウダー、チキンブイヨン、ポークブイヨン、キャベツエキスパウダー、香辛料、オニオンパウダー、粉末醤油、調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、パプリカ色素)、乳化剤、香料、酸味料	(アレルギー表示:小麦、豚肉、鶏肉、大豆、りんご)				(アレルギー表示:大豆)			うすくちしょうゆ	3	3.6	㉕わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2
みりん	0.8	0.9		③デミグラスソース				②和風だしの素			純正ごま油	0.1	0.12	㉖わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
②マロニー				ブランウル(小麦粉、ラード)、トマトペースト、ソテー・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、でん粉(とうもろこし)、食塩、香辛料(黒こしょう)、水	(アレルギー表示:小麦、鶏肉)			砂糖、食塩、風味原料(かつお節粉末、かつお節エキス、かつおエキス、こんぶエキス)、たん白加水分解物			国産おろしにんにく	0.1	0.12	㉗わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
じゃがいも澱粉、コーンスターチ、増粘剤、増粘多糖類				④ホワイトベース(レトルト)				調味料(アミノ酸等)			①わかめご飯の素(ヘルシーフーム)			㉘わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
(アレルギー表示:一)				生クリーム、小麦粉、でん粉(とうもろこし)、全粉乳、ホワイトル(小麦粉、なたね油)、チキンエキス、牛乳、ナチュラルチーズ、バター、食塩、砂糖、香辛料(ローレル)、水	(アレルギー表示:乳、小麦、鶏肉)						わかめ、還元水あめ、食塩、昆布エキス、酵母エキス			㉙わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
㉓(大冷)ミニ絹厚揚げ【給食会】				※えび、かに、卵、乳成分、落花生							(アレルギー表示:一)			㉚わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
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														㉛わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
(アレルギー表示:大豆)														㉜わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
㉔オイスターソース(マルハ)														㉝わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
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)														㉞わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	
(アレルギー表示:一)														㉟わかめご飯の素(ヘルシーフーム)	1.5	2	

※コンタミ・キャリー等由来

1月28日 (火)	1月29日 (水)	1月30日 (木)	1月31日 (金)
白ごはん 豆乳みそ汁 魚とさつまいものゆず風味揚げ	白ごはん 豆腐ともずくスープ 豚肉と野菜のカレー炒め 一食ヨーグルト	食パン 野菜スープ きのこソースハンバーグ メープルジャム	白ごはん かきたま汁 とりそぼろ丼
精白米 70 90	精白米 70 90	①食パン 60 80 無塩せきバラベーコン短冊【9日③参照】 8 10 にんじん 18 21 えのきたけ 12 14 もずく塩抜き 10 12 はくさい 25 30 オーチャンキングほぐし身【24日③参照】 20 25 たまねぎ 20 25 豆腐 5 6 きざみ揚げ(カット油揚げ)【20日②参照】 ねぎ(冷凍) 2.5 3 ①無調整豆乳 20 24 煮干だし(片口いわし)不織布袋入り 3 3.6 すりみそ 10 11 たら(角切り) 55 72 でんぶん 6 7.2 さつまいも(ダイス) 13 15 青まめ 10 12 大豆白絞油缶 7.5 9 三温糖 2.3 2.9 濃口醤油 1.7 2.1 酢 0 0 ゆず果汁 2 2.5 刻み生ゆず(冷凍) 0.7 0.9 みず 1.5 1.8 ①無調整豆乳 大豆(アレルギー表示:大豆)	精白米 80 100 たまねぎ 25 30 じゃがいも 25 31 えのきたけ 8 10 かまぼこ(ピンク)【10日③参照】 豆腐 小松菜(3cmカット) 煮干だし(片口いわし)不織布袋入り うすくちしょうゆ 5 6 塩 0.1 0.12 でんぶん 0.9 1 液卵 20 24 鶏ひき肉もも皮つき 20 24 鶏ひき肉はねみ皮なし 0.7 0.9 サラダ油 15 18 ホールコーン缶 15 18 青まめ 15 18 酒 1 1.2 三温糖 1.5 1.8 トマトケチャップ【8日⑤参照】 0.09 0.1 ウスターーソース【8日⑥参照】 0.03 0.04 デミグラスソース【23日③参照】 0.04 0.04 三温糖 1.44 1.73 赤ワイン 0.6 0.72 みりん 0.6 0.72 ④メープルゼリー 12 12 ②洋風スープストック 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、乳酸発酵ト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) ③FMうす味ハンバーグ(国産鶏豚使用) 鶏肉、豚肉、たまねぎ、豚脂、粒状植物性たん白(大豆)、砂糖、水溶性食物繊維、ぶどう糖、トマトペースト、食塩、酵母エキス、にんにくペースト、香辛料、しょうがペースト、加工デンプン、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、水(アレルギー表示:鶏肉、豚肉、大豆) ④メープルゼリー 食物繊維(ポリテキストロース)、砂糖、メープルシュガー、寒天、香料、着色料(カラメル)、酸味料、水(アレルギー表示:一)
②ソフル元気ヨーグルト ①ガーリック ガーリック、でん粉(馬鈴薯)、食塩、調味料(アミノ酸)、増粘剤(ガーガム) (アレルギー表示:一)	70 70	70 70 ②ソフル元気ヨーグルト 脱脂粉乳、ぶどう糖果糖液糖、砂糖、全粉乳、ゼラチン、寒天、乳酸カルシウム、香料、ピロリン酸鉄 (アレルギー表示:乳、ゼラチン)	70 70 ④メープルゼリー 食物繊維(ポリテキストロース)、砂糖、メープルシュガー、寒天、香料、着色料(カラメル)、酸味料、水(アレルギー表示:一)