

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（ <u>アレルギー表示：鶏肉</u> ）	①黒糖パン	40	60	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 （ <u>アレルギー表示：小麦、乳</u> ）	精白米	70	90	精白米	70	90
サラダ油	0.5	0.8	②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（ <u>アレルギー表示：小麦、豚肉</u> ） ※えび、かに、卵、 乳成分	サラダ油	1	1.2	②カットスパゲティ デュラム小麦のセモリナ（ <u>アレルギー表示：小麦</u> ）	鶏肉 もも 皮つき	10	12	豆腐	25	31
国産おろしにんにく	0.4	0.52		②カットスパゲティ	22	27		鶏肉 はねみ 皮なし	8	10	にんじん	10	13
豚ももスライス	30	39	③エブリイカレー 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（ <u>アレルギー表示：小麦、豚肉</u> ） ※えび、かに、卵、 乳成分	③無塩せきバラベーコン短冊	8	10	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	酒	1	1.2	えのきたけ	10	12
たまねぎ	33	43		鶏肉 はねみ 皮なし	12	15		①煮込み餅 白（10g）	17.5	21	花そうみ（乾わかめ）	0.3	0.4
にんじん	25	32.5	④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（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆</u> ）	たまねぎ	32	38	④ヘルシーファームコンソメ ⑤ベシヤメルソース 塩 こしょう 牛乳（調理） ⑥デ-リイ高千穂生クリーム48	②煮込み餅 赤（10g）	17.5	21	①魚そうめん	18	22.5
じゃがいも	40	52		にんじん	12	15		はくさい	27	32	たまねぎ	30	38
①チキンスープ	6	8	⑤トマトケチャップ ⑥ウスターソース	マッシュルーム	12	14.5	⑤無塩せきバラベーコン短冊 豚ばら肉、食塩、砂糖、 香辛料（ナツメグ、コリアンダー、 カルダモン、オールスパイス）（ <u>アレルギー表示：豚肉</u> ）	③かまぼこ（ピンク）	12	14	ねぎ（冷凍）	3	3.8
②スペシャルカレーフレーク	5	6.5		県産カットチンゲン菜1QF（3cmカット）	8	10		ごぼう（ささがき）	13	15	厚削節（不織布袋入り）【10日④参照】	3	3.8
③エブリイカレーフレーク	4	6	⑦アレンジダイスゼリー・国産温州みかん（鉄）	チキンスープ【8日①参照】	6	7.2	⑥デ-リイ高千穂生クリーム48	椎茸スライス（干）	0.5	0.6	うすくちしょうゆ	5	6
④とろける給食用カレーフレーク	4	6		④ヘルシーファームコンソメ	0.3	0.36		白ねぎ	2.2	3.3	酒	1	1.2
⑤トマトケチャップ	3	3.9	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、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（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆</u> ）	⑤ベシヤメルソース	7.7	9	⑦ノンオイルまぐろチャンク キャベツ きゅうり	④厚削節（不織布袋入り） うすくちしょうゆ	2.5	3	キャベツ	35	42
⑥ウスターソース	0.8	1.05		塩	0.15	0.18		みりん	0.4	0.5	②花かつおきざみ	1	1.2
すりおろしりんご（1kgレトルト）	7.5	9.5	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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	こしょう	0.02	0.03	⑧おいしい玉ねぎドレッシング	塩	0.1	0.12	三温糖	0.66	0.79
甘みあっさりパインチビット	16	21		⑥デ-リイ高千穂生クリーム48	1.5	1.8		だいこん	30	36	うすくちしょうゆ	1.54	1.84
甘みあっさりみかん	17	21	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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	⑦ノンオイルまぐろチャンク	12	15	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（ <u>アレルギー表示：鶏肉、豚肉</u> ）	にんじん	5	6	鶏肉 もも 皮つき	26	35
甘みあっさり黄桃ダイス	17	21		キャベツ	28	34		刻み昆布（1mm）	0.2	0.24	鶏肉 はねみ 皮なし	30	36
⑦アレンジダイスゼリー・国産温州みかん（鉄）	28	36	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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	きゅうり	27	32	⑤ベシヤメルソース 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（ <u>アレルギー表示：乳、小麦、大豆</u> ）	刻み生ゆず（冷凍）	0.4	0.5	塩	0.19	0.24
④とろける給食用カレーフレーク				⑧おいしい玉ねぎドレッシング	8	10		すりごま	0.67	0.8	こしょう	0.03	0.04
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、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（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆</u> ）			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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	④ヘルシーファームコンソメ			⑥デ-リイ高千穂生クリーム48 生乳（ <u>アレルギー表示：乳</u> ）	三温糖	1	1.2	国産おろしにんにく	0.3	0.4
⑤トマトケチャップ				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（ <u>アレルギー表示：鶏肉、豚肉</u> ）				酢	1.4	1.7	酒	0.93	1.2
⑥ウスターソース			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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	⑤ベシヤメルソース			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）（ <u>アレルギー表示：大豆</u> ）	うすくちしょうゆ	0.81	0.97	うすくちしょうゆ	0.47	0.59
⑦アレンジダイスゼリー・国産温州みかん（鉄）				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（ <u>アレルギー表示：乳、小麦、大豆</u> ）				塩	0.1	0.12	でんぷん	7	9
⑧おいしい玉ねぎドレッシング			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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	⑥デ-リイ高千穂生クリーム48 生乳（ <u>アレルギー表示：乳</u> ）			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（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉</u> ）	⑤いわし梅味噌煮	40	50	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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ） ※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）		
⑨おいしいたまねぎドレッシング				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）（ <u>アレルギー表示：大豆</u> ）				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）、 トレハロース、紅麴色素、水（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）			②花かつおきざみ かつおのふし（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）※さば		
⑩おいしいたまねぎドレッシング			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（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）	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（ <u>アレルギー表示：小麦、大豆、豚肉</u> ）			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）（ <u>アレルギー表示：ー</u> ）※えび、かに	④厚削節（不織布袋入り） ウルメ、さば（ <u>アレルギー表示：さば</u> ）※小麦、大豆（しょうゆ）、 いか（するめ）			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 （ <u>アレルギー表示：大豆</u> ）		

※コンタミ・キャリアー等由来

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 豚汁 にんじんしりしり いちごのスティックケーキ			米粉パン チリコンカン みかんサラダ			白ごはん 筑前煮 ブロッコリーのマヨネーズ和え			減量梅菜めし 肉うどん 海藻ナムル 豆乳プリンタルト			①梅美(梅菜めし) 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】			白ごはん コーンスープ きゅうりの塩昆布あえ あじチーズフライ		
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、食塩、イースト【アレルギー表示:小麦、乳】	精白米	70	90	①梅美（梅菜めし）（三島食品）	2.3	3	精白米	70	90		
豚ももスライス	22	27	冷凍大豆（煮大豆）	30	36	②北海道シュレッドチーズナチュラルチーズ(生乳・食塩)、セルロース【アレルギー表示:乳】	鶏肉 もも 皮つき	13	17	精白米	60	80	クリームコーン缶	20	25		
だいこん	26	32	豚ひき肉	25	30		鶏肉 はねみ 皮なし	15	19.5	うどん	60	72	ホールコーン缶	10	12		
はくさい	12	15	じゃがいも	40	50		じゃがいも	35	44	サラダ油	0.5	0.6	無塩せきバラベーコン短冊【9日③参照】	5	7		
豆腐	15	20	たまねぎ	30	36		にんじん	22	28	牛肉ももスライス	22	27	にんじん	20	25		
たまねぎ	20	24	にんじん	15	18		ごぼう（乱切り）	21	26	三温糖	1.1	1.32	たまねぎ	35	44		
ごぼう（ささがき）	8	10	国産おろしにんにく	0.5	0.6		れんこん(乱切り)	13	17	濃口醤油	1.5	1.8	えのきたけ（宮崎県産）	10	12		
里いも(冷) 3S	20	24	パセリ	1	1.2		三角こんにやく(小)	21	26	みりん	0.4	0.48	チキンスープ【8日①参照】	6	8		
白ねぎ	3	4	サラダ油	0.5	0.6		①平天（さつまあげ）	20	25	酒	1	1.2	①中華用スープストック	0.2	0.24		
生姜	1	1.2	トマトピューレ	35	42		たけのこ缶	13	16	たまねぎ	12	14.5	塩	0.15	0.18		
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		濃口醤油	2.5	3.2	にんじん	8	10	うすくちしょうゆ	3.5	3.7		
すりみそ	10	12	ウスターソース【8日⑥参照】	2	2.4	うすくちしょうゆ	2.5	3.2	②きざみ揚げ（カット油揚げ）	4	5	こしょう	0.02	0.03			
			塩	0.4	0.48	三温糖	1.5	1.9	椎茸スライス（干）	0.5	0.8						
①まぐろフレーク油漬(レトルト)	17	21	こしょう	0.04	0.05		みりん	1	1.3	ごぼう（ささがき）宮崎県産	10	12	きゅうり	30	36		
突きこんにやく	17	21	②北海道シュレッドチーズ	3	4		サラダ油	0.8	1	白ねぎ	2	2.5	②スライス竹輪（半切）卵白抜き	5	6		
にんじん	33	40	赤ワイン	2	2.4					にぼしパック	3	4	③塩こんぶ	1	1.2		
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		ミニブロッコリー	27	34	うすくちしょうゆ	5	5.3	濃口醤油	0.3	0.36		
純正ごま油	1.5	1.8	③チリパウダー	0.06	0.07		きゅうり	23	29								
三温糖	2	2.4					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	④あじチーズフライ	50	50		
濃口醤油	3	3.6	キャベツ	30	36		青まめ	10	12.5	太もやし	25	30	大豆白絞油缶	10	10		
みりん	0.63	0.76	きゅうり	17	20.4		塩	0.14	0.17	きゅうり	20	24	①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				
いりごま	0.3	0.36	甘みあっさりみかん	18	21.6		うすくちしょうゆ	0.26	0.31	③とりささみチャンク	12	14					
すりごま	0.5	0.6	④ロースハムスライス(短冊)	5	6		②L&Mノンエッグハーフ	6.5	8.1	酢	2.5	3					
②ちりめん	1	1.2	サラダ油	1.7	2		すりごま	0.7	0.9	三温糖	1.5	1.8	②スライス竹輪(半切)卵白抜き えそ、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:ー】				
			レモン汁（ポッカレモン）	0.4	0.48	①平天(さつまあげ) 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			うすくちしょうゆ	2.5	3						
			酢	1.3	1.56					純正ごま油	0.6	0.7					
③お米de国産いちごのスティックケーキ	25	25	こしょう	0.02	0.02					塩	0.09	0.1	③塩こんぶ 昆布、醤油(小麦、大豆)、食塩、醤油加工品(小麦、大豆)、調味料(アミノ酸等)、甘味料(ソルビトール等)、増粘多糖類【アレルギー表示:小麦、大豆】 ※乳				
①まぐろフレーク油漬 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】			塩	0.3	0.36	②L&Mノンエッグハーフ(ノンエッグマヨネーズ) 食用植物油脂(なたね・コーン・パーム)、醸造酢、水あめ、大豆粉、食塩、粉末状植物性たん白(大豆)、香辛料(からし)、酵母エキス、レモン果汁、こんにやく精粉、増粘多糖類、水【アレルギー表示:大豆】			④お米de国産豆乳プリンタルト 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)、メタリン酸Na、安定剤(キサンタンガム)、カロチノイド色素【アレルギー表示:大豆】								
			③チリパウダー 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:ー】														
②ちりめん ちりめん【アレルギー表示:ー】 ※えび・かに・いか・さばが混ざる漁法で採取しています。			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】 ※小麦、牛肉、ごま、鶏肉、りんご、ゼラチン						⑤海藻サラダ わかめ、荳わかめ、赤かえでのり、糸寒天【アレルギー表示:ー】			④あじチーズフライ あじ、チーズ、パン粉(小麦、大豆)、小麦粉、食塩、乳化剤(チーズに含有)、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、乳、大豆】					
															③お米de国産いちごのスティックケーキ 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】		

※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 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）	精白米	70	90		精白米	70	90	
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、粉末状植物性たん白）、還元水あめ、食塩、チキンオイル、香辛料、揚げ油（大豆油）、ドロマイト、ピロリン酸鉄、焼成Ca	豚ももスライス	32	40		たまねぎ	30	36		①わかめご飯の素（ヘルシーファーム）	1.5	2	
②マロニー	5	6	（ アレルギー表示：鶏肉、豚肉、大豆 ）※えび、かに、小麦、卵、乳成分	じゃがいも	40	48		にんじん	23	28	（大冷）ミニ絹厚揚げ【22日③参照】	30	38		
にんじん	17	22		にんじん	20	25		鶏肉 もも 皮つき	12	14.5	たまねぎ	30	39		
たまねぎ	30	36		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		
かぶ	23	28		しめじ	10	12		椎茸スライス（干）	1	1.2	にんじん	20	24		
椎茸スライス（干）	0.5	0.6		トマトピューレ	5	6		たけのこ缶	15	18	鶏肉 もも 皮つき	13	17		
白ねぎ	2	2.4		②とろけるシチューフレーク ^{ビーフ}	10	12		①凍り豆腐（サイの目）	6	7.2	鶏肉 はねみ 皮なし	13	17		
チキンスープ【8日①参照】	6	8		トマトケチャップ【8日⑤参照】	5	6		かまぼこ（ピンク）【10日③参照】	8	9.6	三角こんにやく（小）	20	24		
中華用スーブストック【21日①参照】	0.2	0.24		ウスターソース【8日⑥参照】	2	2.4		ほうれん草（カット）	13	15	かぼちゃ（カット）2cm角	40	50		
うすくちしょうゆ	3	3.6		③デミグラスソース	5	6		液卵	30	36	青まめ	5	6		
塩	0.1	0.12		④ホワイトベース（レトルト）	5	6		サラダ油	1	1.2	サラダ油	0.7	1		
こしょう	0.02	0.02		赤ワイン	1	1.2		三温糖	1.6	1.9	三温糖	1.8	2.2		
				チキンスープ【8日①参照】	7	9		みりん	0.9	1	みりん	1.1	1.32		
豚ももスライス	32	39		こしょう	0.02	0.02		酒	0.9	1	酒	1	1.2		
酒	1	1.2		サラダ油	0.7	0.9		うすくちしょうゆ	5.4	6.5	濃口醤油	2.2	2.6		
純正ごま油	0.5	0.6						塩	0.1	0.12	うすくちしょうゆ	4	4.8		
生姜	1	1.2		ミニカリフラワー	20	24		②和風だしの素	0.18	0.2					
たけのこ缶	11	13		きゅうり	25	30					キャベツ	29	35		
キャベツ	26	31		ホールコーン缶	10	12		③オーシャンキングほぐし身	10	12	きゅうり	27	32		
ピーマン	4.2	5.3		とりささみチャンク【20日③参照】	8	10		きゅうり	33	39	ローズハムスライス（短冊）【16日④参照】	8	10		
カラーピーマンミックスIQF	5	6		サラダ油	1.5	1.8		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		
③（大冷）ミニ絹厚揚げ	23	27		酢	2.4	2.9		④おいしい和風ドレッシング	7.5	9.7	酢	2.5	3		
④オイスターソース（マルハ）	1.7	2		塩	0.26	0.31		①凍り豆腐（サイの目） 丸大豆、豆腐用凝固剤、重曹（膨軟剤）、消泡剤 （アレルギー表示：大豆）			すりごま	1.4	1.7		
濃口醤油	1.8	2.2		こしょう	0.03	0.03		②和風だしの素 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）、たん白加水分解物調味料（アミノ酸等） （アレルギー表示：ー）			三温糖	2	2.4		
三温糖	0.5	0.6		②とろけるシチューフレーク ^{ビーフ} 食用油脂（パーム油、なたね油）、小麦粉、でん粉、砂糖、食塩、ソーテード・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）			③オーシャンキングほぐし身（糸かまぼこ） たら、ほき、食塩、砂糖、発酵調味料、でん粉、たん白加水分解物（かつおエキス）、植物油脂（エゴマ）、加工でん粉、着色料（紅麹）、水 （アレルギー表示：ー）			うすくちしょうゆ	3	3.6			
みりん	0.8	0.9		③デミグラスソース ブラウンル（小麦粉、ラード）、トマトペースト、ソーテード・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、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） ※えび、かに、卵、乳成分、落花生			④おいしい和風ドレッシング 食用植物油脂（大豆、なたね）、醸造酢（小麦）、砂糖、しょうゆ（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）			純正ごま油	0.1	0.12			
②マロニー じゃがいも澱粉、コーンスターチ、増粘剤、増粘多糖類 （アレルギー表示：ー）				④ホワイトベース（レトルト） 生クリーム、小麦粉、でん粉（とうもろこし）、全粉乳、ホワイトルウ（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） ※えび、かに、卵、落花生				①わかめご飯の素（ヘルシーファーム） 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）							
③（大冷）ミニ絹厚揚げ【給食会】 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）															
④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）															

※コンタミ・キャリア等由来

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	①食パン 小麦粉、ショールディング、脱脂粉乳、砂糖、食塩、イースト <u>（アレルギー表示：小麦、乳）</u>	精白米	80	100
だいこん	25	30	豆腐	20	24	無塩せきバラベーコン短冊【9日③参照】	8	10		たまねぎ	25	30
にんじん	18	21	えのきたけ	12	15	にんじん	20	25		じゃがいも	25	31
はくさい	12	14	もずく塩抜き	16	19	たまねぎ	25	31		えのきたけ	8	10
たまねぎ	25	30	オーシャンキングほぐし身【24日③参照】	10	12	はくさい	26	32		かまぼこ（ピンク）【10日③参照】	10	12
豆腐	20	25	たまねぎ	20	24	じゃがいも	27	32		豆腐	20	25
きざみ揚げ（カット油揚げ）【20日②参照】	5	6	太もやし	20	25	蒸し白いんげん豆	10	12.5		小松菜（3cmカット）	10	12
ねぎ（冷凍）	2.5	3	ねぎ（冷凍）	2.5	3	パセリ	0.8	1		煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	5	6
①無調整豆乳	20	24	うすくちしょうゆ	4.4	5.3	チキンスープ【8日①参照】	8	10		うすくちしょうゆ	5	6
煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	塩	0.13	0.15	②洋風スープストック	0.2	0.24		塩	0.1	0.12
すりみそ	10	11	煮干だし（片口いわし）不織布袋入り	3	3.6	うすくちしょうゆ	3.5	4	でんぷん	0.9	1	
			酒	1	1.2	塩	0.2	0.24	液卵	20	24	
たら（角切り）	55	72				こしょう	0.02	0.03				
でんぷん	6	7.2	豚ももスライス	43	52					鶏ひき肉 もも 皮つき	20	24
さつまいも（ダイス）	13	15	たまねぎ	20	24	③FMうす味ハンバーグ（国産鶏豚使用）（ボイル）	60	80		鶏ひき肉 はねみ 皮なし	20	24
青まめ	10	12	キャベツ	28	34	サラダ油	0.5	0.6		サラダ油	0.7	0.9
大豆白絞油缶	7.5	9	にんじん	15	18	たまねぎ	18	22		にんじん	15	18
三温糖	2.3	2.9	カラーピーマンミックスIQF	6	7.2	しめじ	9	11		ホールコーン缶	15	18
濃口醤油	1.7	2.1	サラダ油	1	1.2	えのきたけ	10	12		青まめ	15	18
酢	0	0	酒	1.5	1.8	トマトケチャップ【8日⑤参照】	2.4	2.9		酒	1	1.2
ゆず果汁	2	2.5	塩	0.09	0.1	ウスターソース【8日⑥参照】	0.7	0.84		三温糖	1.5	1.8
刻み生ゆず（冷凍）	0.7	0.9	①ガーリック	0.03	0.04	デミグラスソース【23日③参照】	3.4	4.1		濃口醤油	3.2	3.8
みず	1.5	1.8	カレー粉	0.04	0.04	三温糖	0.6	0.72		みりん	0.6	0.7
①無調整豆乳			三温糖	1.44	1.73	赤ワイン	0.6	0.72				
大豆 <u>（アレルギー表示：大豆）</u>			ウスターソース【8日⑥参照】	3.6	4.3	塩	0.08	0.09				
			濃口醤油	1.44	1.73							
			いりごま	1	1.2	④メープルゼリー	12	12				
			②ソファール元気ヨーグルト	70	70	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 <u>（アレルギー表示：大豆、豚肉、ゼラチン）</u>						
			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（グアーガム） <u>（アレルギー表示：ー）</u>			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、加エデンブン、セルロース、炭酸Ca、ピロリン酸第二鉄、水 <u>（アレルギー表示：鶏肉、豚肉、大豆）</u>			④メープルゼリー 食物繊維（ポリデキストロス）、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 <u>（アレルギー表示：ー）</u>			
			②ソファール元気ヨーグルト 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 <u>（アレルギー表示：乳、ゼラチン）</u>									

※コンタミ・キャリー等由来