

6月1日(水)			6月2日(木)			6月3日(金)			6月6日(月)		
白ごはん とり肉のごまみそ煮 茎わかめのすのもの			アップルパン ラビオリのトマトスープ キャベツときのこのソテー			白ごはん じゃこ団子のすまし汁 そぼろ丼			白ごはん 野菜スープ 魚のカレーマリネ		
米飯	70	90	①アップルパン		50 70	米飯	70	90	米飯	70	90
鶏肉 もも 皮つき	15	18	②ラビオリ		15 18	①ふんわりじゃこ団子	18	22	①カットベーコン	8	10
鶏肉 はねみ 皮なし	15	18	鶏肉 はねみ 皮なし		10 12	厚揚げ	18	22	にんじん	20	25
国産おろしにんにく	0.25	0.3	サラダ油		0.8 1	だいこん	25	30	たまねぎ	30	36
三角こんにゃく(小)	25	30	国産おろしにんにく		0.1 0.12	たまねぎ	28	33.6	キャベツ	25	30
ごぼう(乱切り)	20	24	赤ワイン		1 1.2	ほうれん草(カット)	5	6	じゃがいも	25	30
里いも(冷) 2S	25	30	たまねぎ		25 30	カット出し昆布(袋入り)	2	2.5	蒸し白いんげん豆	10	12
たけのこ缶	25	30	にんじん		22 26	削り節(かつお)(不織布袋入り)	1	1.2	パセリ	0.8	1
にんじん	15	18	じゃがいも		25 30	うすくちしょうゆ	5	6	チキンスープ【2日③参照】	8	10
厚揚げ	25	30	パセリ		0.8 1	酒	1	1.2	洋風スープストック【2日④参照】	0.2	0.24
にら	2.5	3	トマトピューレ		10 12	豚ひき肉	35	42	うすくちしょうゆ	3.5	4
サラダ油	0.5	0.6	トマトダイス缶		12 14	サラダ油	0.6	0.8	塩	0.2	0.24
三温糖	2	2.4	③チキンスープ		8 10	にんじん	15	18	こしょう	0.02	0.03
すりみそ	6	7.2	塩		0.25 0.3	ホールコーン缶	15	18	たら(角切り)	50	60
酒	2	2.4	うすくちしょうゆ		1.4 1.7	青まめ	15	18	塩	0.07	0.08
濃口醤油	2	2.4	④洋風スープストック		0.35 0.4	酒	1	1.2	こしょう	0.01	0.01
すりごま	1.5	1.8	キャベツ		21 25	三温糖	1.5	1.8	でんぷん	6.5	7
くきわかめ(冷) 細切り	12	15	しめじ		12 15	濃口醤油	3.2	3.8	大豆白絞油缶	5.5	6.6
太もやし	20	24	エリンギ 生 短冊		10 12	みりん	0.6	0.7	たまねぎ	16.5	20
きゅうり	20	24	ホールコーン缶		15 18				きゅうり	19	23
①ノンオイルまぐろチャンク	12	14	⑤無塩せきウインナーカット		18 21				カラーピーマンミックスIQF	3.3	4
酢	2.5	3	サラダ油		1 1.2				うすくちしょうゆ	2.2	2.64
三温糖	1.5	1.8	塩		0.2 0.24				三温糖	1.1	1.32
うすくちしょうゆ	2.5	3	こしょう		0.02 0.03				酢	2.2	2.6
			うすくちしょうゆ		0.7 0.9				オリーブ油(200g)	0.55	0.66
①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>			④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、馬鈴しょでん粉、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ふんわりじゃこ団子 たら、ほき、豚脂、ほたるじゃこ、豆あじ、太刀魚、 玉ねぎ、魚肉エキス(ホタルジャコ、ヒメジ、トラ ハゼ等)、食塩、発酵調味料、砂糖、加工でん粉 (小麦)、トレハロース、調味料(アミノ酸等)(大 豆)、水 <u>(アレルギー表示:小麦、豚肉、大豆)</u> ※えび、かに			①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 <u>(アレルギー 表示:豚肉)</u>		
			⑤無塩せきウインナーカット 豚肉、食塩、砂糖、香辛料(白コショウ・カルワイ) <u>(アレルギー表 示:豚肉)</u>								

※コンタミ・キャリー等由来

6月7日(火)				6月8日(水)				6月9日(木)				6月10日(金)			
白ごはん 高野豆腐の卵とじ 梅かつお和え アセロラゼリー				白ごはん 大根のみそ汁 磯香あえ 平つくね				減量ミルクパン なすのミートスパゲティ カミカミサラダ				白ごはん ワンタンスープ ホイコーロー			
米飯	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)	70	90	米飯		70	90	①ミルクパン	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)	40	60	米飯	①ウェーブワンタン 小麦粉、食塩 (アレルギー表示:小麦)	70	90
たまねぎ		30	36	だいこん		25	30	カットスパゲティ		28	34	①ウェーブワンタン		5	6
にんじん		23	28	じゃがいも		15	18	豚ひき肉		33	40	鶏肉 はねみ 皮なし		18	22
鶏肉 もも 皮つき		13	16	たまねぎ		18	21.6	にんじん		20	25	かまぼこ(ピンク) 【7日①参照】		8	10
鶏肉 はねみ 皮なし		11	13	にんじん		15	18	たまねぎ		25	30	たまねぎ		35	42
椎茸スライス(干)	※えび、かに	1	1.2	いなかあげ(油揚げ)		5	6	なす		18	22	にんじん		15	18
たけのこ缶		15	18	豆腐		20	24	マッシュルーム	②トマトケチャップ トマト、糖類(砂糖・ぶどう 糖)、醸造酢、たまねぎ、 食塩、香辛料 (アレルギー表示:ー)	12	15	ねぎ(冷凍)		3	3.6
凍り豆腐(角)	②和風だしの素	6	7.2	ねぎ(冷凍)		3	3.6	グリーンピース 冷凍		5	6	チキンスープ【2日③参照】		8	10
①かまぼこ(ピンク)	砂糖、食塩、風味原	8	9.6	にぼしパック		2	3	サラダ油		1	1.2	②中華用スープストック		0.2	0.24
ほうれん草(カット)	料(かつお節粉末、	13	15	すりみそ		11	12	②トマトケチャップ		20	24	うすくちしょうゆ		4	4.8
液卵	かつお節エキス、か	30	36					トマトピューレ		5	7	塩		0.25	0.3
サラダ油	つおエキス、こんぶ	1	1.2	ほうれん草(カット)		15	18	③デミグラスソース		7	9				
三温糖	エキス)、たん白加水	1.6	1.9	太もやし		25	30	④ウスターソース		1.8	2	豚ももスライス	②中華用スープス	34	41
みりん	分解物、調味料(アミ	0.9	1	①焼もみのり(3mm)	0.2	0.24		赤ワイン		1.6	1.8	国産おろしにんにく	トック	0.25	0.3
酒	ノ酸等) (アレルギー表示:ー)	0.9	1	うすくちしょうゆ	1.8	2		国産おろしにんにく		0.3	0.4	生姜	食塩、チキンパウ	0.3	0.36
うすくちしょうゆ		5.4	6.5	三温糖	0.4	0.6		塩		0.3	0.35	酒	ダー(小麦、大豆、	1	1.2
塩		0.1	0.12	純正ごま油	0.2	0.24		こしょう		0.02	0.03	厚揚げ	鶏肉、豚肉)、鶏脂	22	26
②和風だしの素		0.18	0.2	②発芽玄米入平つくね	50	62.5		洋風スープストック【2日④参照】		0.1	0.13	キャベツ	(大豆)、粉末醤油		
キャベツ		33	40	①焼もみのり(3mm)				ごぼう(ささがき)		23	27	たけのこ缶	(小麦、大豆)、デ	31	37
きゅうり	③国産梅肉(紀州産	33	40	乾のり(アレルギー表示:ー)				ノンオイルまぐろチャンク【1日①参照】		13	16	ピーマン	キストリン、酵母エ	10	12
花そうみ(乾わかめ)	きざみ梅)	0.5	0.6	※えび、かに				きゅうり		28	34	濃口醤油	キス、たん白加水	6	7
③国産梅肉	梅干、砂糖、還元水	2.7	3.24	②発芽玄米入り平つくね				酢		2.6	3.1	③トウバンジャン	分解物(ゼラチン)、	1.4	1.7
花かつおきざみ	飴、醸造酢、増粘剤	1	1.2	鶏肉、パン粉、粉末状大豆たん白、				レモン汁(ポッカレモン)		0.2	0.24	④デンメンジャン(テ	野菜エキス(大豆)	0.04	0.05
三温糖	(加工デンプン、キサ	0.8	0.95	玉ねぎ、豚脂、発芽玄米、食塩、				うすくちしょうゆ		2	2.3	ミン酸等)、香辛料	ごま油、調味料(ア	4	4.8
うすくちしょうゆ	ンタン)、酸味料、調	1.2	1.5	砂糖、酵母エキス、香辛料(ペ				三温糖		1	1.2	抽出物、カラメル	ミノ酸等)、香辛料	0.8	1
濃口醤油	味料(アミノ酸等)、	0.8	1	パー・ガーリック)、加工でん粉(小								色素(アレルギー	表示:小麦、ごま、	0.9	1
みりん	V.B、香料 (アレルギー表示:ー)	0.8	0.95	麦)、〈ソース〉果糖ぶどう糖液糖、				③デミグラスソース	④ウスターソース			純正ごま油	大豆、鶏肉、豚肉、	0.5	0.6
④アセロラゼリー		40	40	こいくちしょうゆ(小麦、大豆)、酵				ブラウルウ(小麦粉、ラート)、トマ	トマト、玉ねぎ、人参、			③トウバンジャン	ゼラチン)		
④アセロラゼリー				母エキス、発酵調味料、カツオブ				ペースト、ソートオニオン(たまねぎ・	ねぎ、マッシュルーム、			塩蔵唐辛子、そら豆加工	④デンメンジャン(テ		
アセロラ果汁、果糖ぶどう糖液糖、難消化性デキストリン、加工でん粉、酸味料、ゲル化剤(増粘多糖類)、クエン酸鉄Na、野菜色素、クチナシ色素、香料(りんご)、カロチノイド色素、水 (アレルギー表示:りんご)				シエキス(小麦、大豆)、しょうゆ調				大豆油)、チンエキス、にんじん、砂	砂糖、ぶどう糖果糖液			点、乾燥唐辛子、食塩、酒	オー)		
				味料(小麦、大豆)、増粘剤(加工				糖、酵母エキス、でん粉(とうもろこ	糖、醸造酢、食塩、香			精、酸化防止剤(ビタミン	砂糖、みそ(大豆)、なた		
				でん粉)、水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉、豚肉、大豆)				し)、食塩、香辛料(黒こしょう)、	辛料、たん白加水分解物 (アレルギー表示:ー)			C) (アレルギー表示:ー)	ね油、しょうゆ(小麦、大		
				※乳成分、卵				水 (アレルギー表示:小麦、鶏肉)					豆)、大麦粉、食塩、水		
								※えび、かに、卵、乳成分、					(アレルギー表示:小麦、大豆)		
								落花生							

※コンタミ・キャリー等由来

※コンタミ・キャリー等由来

※コンタミ・キャリー等由来

6月24日（金）			6月27日（月）			6月28日（火）			6月29日（水）			6月30日（木）		
白ごはん 八杯汁 豚肉のチャンチャン焼き			白ごはん 大豆の磯煮 ちりめんの酢の物			白ごはん なすの味噌汁 冷しゃぶサラダ ー食ヨーグルト（中学校のみ）			白ごはん オニオンスープ 揚げ鶏のレモン和え			ホットドッグパン チーズスープ ゆでキャベツ ロングウインナー ー食ケチャップソース		
米飯	70	90	米飯	70	90	米飯	70	90	米飯	70	90	①ホットドッグパン	50	70
椎茸スライス（干）	0.5	0.6	鶏肉 もも 皮つき	12	14	なす	17	20	カットベーコン【6日①参照】	10	12	鶏肉 もも 皮つき	15	18
豆腐	20	25	鶏肉 はねみ 皮なし	15	18	えのきたけ	10	12	にんじん	20	24	サラダ油	0.5	0.7
にんじん	12	16	じゃがいも	23	28	たまねぎ	20	24	たまねぎ	30	36	白ワイン	0.8	1
ごぼう（ささがき）	10	12	厚揚げ	24	29	にんじん	12	15	じゃがいも	30	36	じゃがいも	25	30
里いも（冷）3S	20	24	スライスこんにゃく	20	28	里いも（冷）3S	20	24	しめじ	10	12	にんじん	10	12
だいこん	23	28	にんじん	17	21	ねぎ（冷凍）	3	3.6	ソテードオニオン	6	7.2	たまねぎ	24	28
いなかあげ（油揚げ）	8	10	冷凍大豆（煮大豆）	20	24	いなかあげ（油揚げ）	7	8	チキンスープ【2日③参照】	5	6	パセリ	1	1.2
ねぎ（冷凍）	3	3.6	①平天（さつまあげ）	12	14.5	豆腐	20	25	洋風スープストック【2日④参照】	0.2	0.24	液卵	20	24
にぼしパック	3	4	干ひじき	1.7	2	にぼしパック	3	3.6	うすくちしょうゆ	3.5	4.2	②チーズパウダー	5	6
うすくちしょうゆ	3.8	4.6	いんげん（ホール）	5	6	すりみそ	11	12	塩	0.2	0.24	パン粉	2	2.4
塩	0.5	0.6	サラダ油	0.5	0.6				こしょう	0.02	0.02	うすくちしょうゆ	0.6	0.7
三温糖	0.3	0.4	三温糖	2.5	3	豚ももスライス	33	40				塩	0.2	0.3
			みりん	1	1.2	酒	1	1.2	鶏肉 もも 皮つき	25	30	こしょう	0.01	0.01
豚ももスライス	45	54	濃口醤油	3	3.6	塩	0.4	0.5	鶏肉 はねみ 皮なし	30	36	チキンスープ【2日③参照】	20	24
たまねぎ	20	24	うすくちしょうゆ	2	2.4	たまねぎ	15	18	塩	0.35	0.42			
キャベツ	25	30				きゅうり	25	30	酒	0.4	0.5	キャベツ	36	43
太もやし	18	22	ちりめん【22日②参照】	3	3.6	にんじん	8	10	小麦粉（薄力）	3	3.6			
カラーピーマンミックスIQF	6	7	花そうみ（乾わかめ）	1	1.2	①おいしい和風ドレッシング	9	11	でんぷん	5	6	③無塩せきフランクロング	30	40
三温糖	1.3	1.5	きゅうり	25	30				大豆白絞油缶	6	7			
濃口醤油	1.2	1.44	キャベツ	33	40	②ソファール元気ヨーグルト	0	70	さつまいも（ダイス）	15	18	④1食ケチャップソース	10	10
すりみそ	4.3	5.2	酢	3.5	4.2	（中学校のみ）			青まめ	10	12	②チーズパウダー		
みりん	1.7	2	うすくちしょうゆ	2.3	2.76	①おいしい和風ドレッシング			三温糖	2.3	2.76	ナチュラルチーズ、乳化剤（アレルギー表示：乳）		
いりごま	1	1.2	三温糖	1.1	1.32	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）			濃口醤油	1.7	2	③無塩せきフランクロング		
						②ソファール元気ヨーグルト（中学校）			レモン汁（ポッカレモン）	2	2.4	豚肉、食塩、砂糖、香辛料（白コショウ、カルワイ）（アレルギー表示：豚肉）		
						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、水（アレルギー表示：乳、ゼラチン）						④1食ケチャップソース		
												トマト、砂糖、醸造酢、食塩、玉ねぎ、香辛料（シナモン、クローブ、ナツメグ、タイム、セージ、唐辛子、ホワイトペッパー、オニオン、ジンジャー、ガーリック）（大豆）、増粘剤（タマリンド）、水（アレルギー表示：大豆）		