

※牛乳(赤の仲間)は毎日つきます。

※食材入荷の都合により、献立及び食材を変更することがあります。

※加工品は枠の中に原材料及びアレルギー表示を記載しています。

《よく使用する調味料のアレルギー表示》

Table with 7 columns: 淡口(しょうゆ), (濃口)しょうゆ, 麦みそ, 赤みそ, がらスープ, ウスターソース, デミグラスソース, トマトソース, ケチャップ, ブイヨン, コンソメ, 洋風スープ, 中華だし, こしょう, Fホワイトルウ, クリームポタージュ, Fカレールウ, とろけるカレー. Each cell contains ingredients and allergen information.

Main menu table with columns: 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, エネルギー小中, エネルギー小中. Rows include meals like ごはん, ミルクパン, ひじきごはん, コッペパン with detailed allergen callouts.

	献立名	食 材 料				原材料およびアレルギー表示	エネルギー 小中	エネルギー 小中
		主食およびおかず	血や肉になるもの (赤)	カや熱になるもの (黄)	からだの調子をととのえるもの (緑)			
9/11	ごはん がんす(すり身揚げ) ひじきの炒め煮 高野豆腐入りみそ汁	がんす とりにく スライスちくわ ひじき だいず 魚肉・でん粉・大豆たん白・植 物油・砂糖・塩・寒天 (大豆) こうや どうふ い 高野豆腐入りみそ汁	こめあぶら こめあぶら いとこんにやく さとう	あおまめ にんじん たまねぎ にんじん ほうれんそう	酒 濃口 淡口 みりん 煮干し	630 735	24 26.4	
9/12	減量コッペパン ミートソーススパゲティ	ぶたにく 大豆 植物油脂 (大豆) だいたいずミート	スパゲティ こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん ぶなしめじ ブロッコリー きゅうり キャベツ スイートコーン	ケチャップ ウスター しお 卸しにんにく コンソメ デミグラスソース トマトソース 日向夏ドレッシング	【日向夏ドレッシング】なたね油・ 大豆油・日向夏みかん果汁・酢・ しょうゆ・からし (小麦・大豆)	552 688	23.3 28.3
9/16	ごはん ひむか地産地消の日 いわしおかか煮 炒り豆腐 小松菜のみそ汁	いわしおかかに とりにく とうふ みそ あぶらあげ 大豆・植物油 (大豆)	こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん ほししいたけ あおまめ たけのこ こまつな たまねぎ にんじん ねぎ	酒 淡口 濃口 しお にぼし	588 705	25.6 29.9	
9/17	ミルクパン ミートボールの甘酢煮 タイピーエン	ちゅうかふうつくね ぶたにく	こめあぶら さとう でんぶん こめあぶら はるさめ	たまねぎ にんじん たけのこ たまねぎ キャベツ チンゲンサイ きくらげ	濃口 淡口 酢 卸ししょうが しお 中華だし 淡口 チキンスープ こしょう	580 719	25.5 30.7	
9/18	ごはん チキンカツ 丼ぶり 井の具 きゅうりとわかめの酢のもの	チキンカツ かまぼこ たまご 魚肉・でん粉・大豆たん白・植 物油・砂糖・塩・寒天 (大豆) スライスちくわ わかめ	こめあぶら こめあぶら	たまねぎ にんじん ほししいたけ きゅうり りょうとうもやし	かつおだし 酒 みりん 淡口 濃口 酢 淡口	609 758	24 29.3	
9/19	マヨネーズパン チリコンカン ブロッコリーのサラダ もものゼリー	ぶたにく ウインナー 豚肉・豚脂・でん粉・塩・ 砂糖・香辛料 (豚肉)	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん トマト パセリ ブロッコリー きゅうり スイートコーン ももゼリー 白桃・砂糖 (もも)	トマトソース しお ブイヨン ケチャップ ウスター 卸しにんにく こしょう チリパウダー たまねぎドレッシング	【チリパウダー】赤唐辛子・コーン パウダー・塩・クミン・オレガノ・ ガーリック (なし) 【たまねぎドレッシング】 調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・ 玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にん にく(小麦・大豆・豚肉)	586 721	21.8 26.2
9/22	ごはん 行事食 お彼岸 精進料理 かぼちゃコロッケ ひじきとがんとどきの煮物 すまし汁	大豆たん白・なたね油・ にんじん・上新粉・ごま 塩・砂糖 (大豆・ごま) ひじき がんもどき とうふ ふ	こめあぶら こめあぶら さとう	かぼちゃコロッケ にんじん ごぼう にんじん えのきたけ ほうれんそう	酒 みりん 淡口 濃口 だし昆布 かつおだし 塩 薄口 酒	647 771	20.5 23.6	
9/24	米粉パン 5種の国産野菜グラタン チキンサラダ 野菜スープ	鶏肉・野菜エキス・塩 (鶏肉) とりにく ささみフレーク ベーコン 豚肉・塩・砂糖・香辛料 (豚肉)	グラタン ショートニング・マッシュポテト・豆乳・おから・じゃがいも・たま ねぎ・米粉・にんじん・スイートコーン・水あめ・ほうれん草・植 物油・ソテーオニオン・塩・砂糖・大豆粉・香辛料 (大豆)	ブロッコリー きゅうり にんじん たまねぎ にんじん キャベツ パセリ	たまねぎドレッシング しお 白ワイン 淡口 コンソメ	【たまねぎドレッシング】 調味酢・しょうゆ・大豆油・なたね油・ 玉ねぎ・砂糖・椎茸・かつおだし・にん にく(小麦・大豆・豚肉)	582 749	23.5 29.0
9/25	ごはん ポークカレー フルーツカクテル	ぶたにく ひよこまめ 砂糖・ぶどう果汁 (なし)	こめあぶら じゃがいも はちみつ ぶどうゼリー	にんじん たまねぎ りんご りんご・砂糖 (りんご) もも みかん パインアップル りんごゼリー	Fカレーウ チキンスープ 卸しにんにく とろけるカレー	651 777	20.2 23.2	
9/26	減量コッペパン 和風きのこスパゲティ ツナマヨサラダ	豚肉・塩・砂糖・香辛料 (豚肉) ベーコン バター キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	スパゲティ こめあぶら さとう	たまねぎ にんじん しめじ えの きたけ エリンギ ねぎ キャベツ きゅうり ブロッコリー	和風だし 塩 こしょう 淡口 卸しにんにく 淡口 卵不使用マヨネーズ	【和風だし】 砂糖・塩・かつお節・昆布エキス (なし) 【卵不使用マヨネーズ】 なたね油・大豆油・酢・塩 砂糖・ 大豆たん白・香辛料・酵母エキス・ でん粉・調味料 (大豆)	588 736	22.6 27.1
9/29	わかめごはん じゃこ天うどん 高野豆腐の卵とじ	じゃこてん あぶらあげ とりにく こうやどうふ たまご	うどん こめあぶら さとう	にんじん えのきたけ ねぎ たまねぎ にんじん さやいんげん たけのこ	あじごだし 薄口 みりん 淡口 濃口 みりん	610 724	23.9 27.8	
9/30	ごはん 肉じゃが 千切大根のマヨネーズ和え	ぶたにく あつあげ キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆) まぐろみずに	こめあぶら じゃがいも さとう さとう	たまねぎ にんじん あおまめ いとこんにやく せんぎりだいこん きゅうり にんじん	酒 濃口 淡口 みりん 淡口 酢 卵不使用マヨネーズ	【卵不使用マヨネーズ】 なたね油・大豆油・酢・塩 砂糖・ 大豆たん白・香辛料・酵母エキス・ でん粉・調味料 (大豆)	646 771	23 26.7