- ※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》

100 12/11 9 6	ショウャルイインノ アンアー 1277	<b>\</b>					
塩・砂糖・脱脂大豆 小麦・甘味料 (小麦・大豆) 原		め・酒精・甘味料 (大豆)	大麦·大豆·食塩·酒精(大豆)	がらスープ <sub>鶏肉</sub> (鶏肉)	ウスターソース たまねぎ・トマト・りんご・大豆・砂糖・酢・食塩・香辛料・カラメル色素 (なし)	デミグラスソース 小麦粉・ラード・トマトペースト・たまねぎ・大豆油・チキンエキス・にんじん・砂糖・でんぷん・食塩・香辛料・酵母エキス (小麦・鶏肉)	
	ドマト・砂糖・果糖ぶどう糖液 糖・醸造酢・食塩・たまねぎ・香			ンソメ・砂糖・魚醤・香辛料・トマト・オ	洋風スープ 塩・砂糖・豚脂・コーンスターチ・でん粉・ 大豆・ゼラチン・酵母エキス・トマトエキ ス・かつおエキス・香辛料 (大豆・豚 肉・ゼラチン)	中華だし 塩・コーンスターチ・砂糖・ガーリック・はくさい エキス・ジンジャーパウダー・香味食用油・香辛 料 (なし)	
<b>こしょう</b> 黒こしょう・大麦粉 (大豆)	ズ・脱脂粉乳・たまねぎ・ガーリック・香辛料		小麦粉・ホエイパウダー・パーム湯・菜種油・大豆油・コーンスターチ・ 脱脂粉乳・ぶどう糖・食塩・砂糖・酵母エキス・全粉乳・野菜パウダー・ 豚脂・香辛料・デキストリン・ポークエキス・増粘剤・調味料香辛料抽		砂糖・たまねぎ・にんにく・トマト・酵母エ	とろけるカレーフレーク ・ 小麦粉・パーム湯・なたね油・砂糖・とうもろこしでん粉・食塩・カレー粉・デキストリン・さつるいも・酵母エキス・白菜エキス・香辛料・キャベツ・オニオン・カラメル色素 (小麦)	

		献立名	I							
			血や肉になるも	カや熱になるもの	からだの調子をととの	ラス		・ 原材料およびアレルギー表示	エネル ギー	たんぱく 質
	主食	おかず 	の (赤)	(黄)		える 緑)	調味料・その他	M1917-0350-7-271-12-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-13-	小中	小中
11/	ごはん	みぞれ鍋	とりにく あつあげ		だいこん はくさい ほししいたけ えのきたけ	t	かつおだし 出し昆布 酒 淡口みりん しお			
4			魚肉・で	 でん粉・砂糖・塩・植物油・寒天・大豆たん白・パ	【				592	26.1
火		茎わかめのきんぴら	ぶたにく ちくわ くきわかめ	ごまあぶら さとう ごま	ごぼう こんにゃく にん あおまめ	じん	濃口 淡口 みりん		705	30.3
11/	。 揚げパン	。 揚げパン	きなこ	コッペパン さとう こめあぶら (小麦粉・ショートニング・	脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト (小麦・乳	L)	塩			
5		ほうれん草スープ	とりにく 豚肉・塩・砂糖・香辛	こめあぶら	たまねぎ にんじん しゅ ほうれんそう	かじ	淡口 しお チキンスープ 洋風スープ こしょう		574	22.6
水		ベーコンとキャベツのソテー		粉・砂糖・塩・植物油・寒天・大豆た	たまねぎ キャベツ にんじん チンゲンサイ スイートコーン		ブイヨン しお こしょう		715	27.4
11/	ごはん	<sup>ちゅうかどん</sup> 中華井	/	<sup>う糖 (大豆)</sup> でんぷん	たまねぎ にんじん はくりょくとうもやし きくらげ チンゲンサイ		卸しょうが チキンスープ 中華だし しお 淡口			
6		シューマイ	鶏肉・豚肉・たまねぎ・大豆	さとう 豆・でん粉・豚脂・チキンブイヨン・しょうゆ・し  (小麦・大豆・鶏肉・豚肉)	ようが・ホタテエ		淡口 酢		635	24.7
木		ソフール(プレーン)	ヨーグルトー脱脂粉乳・火	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・					760	28.9
	小麦粉・ショ	白菜とミートボールのクリーム煮	lミートボール 👓	9 (25/16/2 / 1/27) 3/2 (7/07) Am ETTT	T	くさい	チキンスープ Fホワイトルウ			
7	ートニング・   脱脂粉乳・砂   糖・塩・イー   スト・黒糖	–	鶏肉・野菜エキス・塩・	(鶏肉)	スイートコーン ブロッコ きゅうり	IJ—	たまわぎにいらいが	【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)	578 715	23.1 27.8
<u>w</u>	(小麦·乳)	コーンサラダ 	29660700 7		きゅうり		7.5442177777	C (1) & A D BAA)	713	27.0
11/		「食いなど給食」				$\bigcap$	     淡口 塩麹 卸しょうが			
	ごはん	幸せ上々鶏のからあげ		でんぷん こめあぶら 塩・植物油・寒天・大豆たん白・ぶどう糖 (ス	<u></u> ★□)	Ш	卸しにんにく			
10		きゅうりとわかめの酢の物		さとう	きゅうり りょくとうもやし		酢 淡口		738	29.5
月		せんぎり だいこん い 千切大根入りみそ汁		,でん粉(大豆)	たまねぎ にんじん きりぼしだいこん ねぎ		にぼしだし		890	35.2
11/	<sup>あおな</sup> 青菜ごはん 	おでん	まめちくわ 魚	さといも 肉・にんじん・たまねぎ・砂糖・塩・砂糖・ご	だいこん こんにゃく	地産地	かつおだし 濃口 淡口 みりん			
11	米・大根 場・砂糖・ 塩		魚肉・植物油・砂糖・塩・でん粉・(なし)	う・大豆油・大豆たん白・でん粉 (大豆) 		消週間			591	24.7
火	(なし)	野菜のごまみそ和え	わかめ コス/ -		はくさい きゅうり	間	淡口 濃口		703	29.0
	こめこ <b>米粉パン</b> 米粉・小麦た	ポークビーンズ	ぶたにく だいず	じゃがいも さとう	たまねぎ にんじん トマトピューレ		ウスター 赤ワイン ケチャップ しお 洋風スープ デミグラスソース			
12	ん白・ショート ニング・砂糖・ 脱脂粉乳・ 塩・イースト		豚肉・塩・砂糖・香辛料(	大豆·豚肉)	+			【コールスロードレッシング】 なたね油「大豆油・砂糖・酢・塩・レモン果汁・卵黄・(卵・大豆)	615	30.5
水	(小麦・乳)	チーズサラダ	ハム チーズ		きゅうり ブロッコリー		コールスロードレッシング	- 201 752 (25 7/27)	760	37.2

		献立名							<b>エ</b> カリ	+ / 1#/
	主食	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 もの (級		調味料・その他	原材料およびアレルギー表示	エネル ギー 小 中	たんぱく 質 小 中
11/	ごはん	いわししょうが <sub>煮</sub>	いわししょうがに /	いわし・砂糖・しょうゆ・みりん・でん粉・しょ						
13		きんぴらごぼう	無肉・でん粉・砂糖・塩   ちくわ あぶらあげ   大豆・植物油		にんじん こんにゃく     あおまめ ごぼう	地	濃口 淡口 みりん		632	25.1
木			とりにく とうふ みそ とうにゅう		たまねぎ だいこん にんじん ねぎ	産地	にぼしだし		760	29.6
11/	食パン	シュガートースト		しょくパン さとう バター	3乳·砂糖·塩·イースト (小麦·乳)	消週間				
14		ミートソーススパゲティ	ぶたにく だいずミート 豚肉・豚脂・でん粉・塩	スパゲティ	たまねぎ にんじん マッシュルーム		ケチャップ 濃縮トマトソース ウスター しお 卸しにんにく 洋風スープ デミグラスソース		667	23.8
金		冬野菜炒め	ウインナー	こめあぶら	たまねぎ にんじん れんこん ブロッコリー チンゲンサイ		しお 淡口 卸しにんにく 洋風スープ		823	29.0
	<sub>むぎ</sub> 麦ごはん	ポークカレー	ぶたにく ひよこまめ	こめあぶら じゃがいも はちみつ	にんじん たまねぎ りん	ご	Fカレールウ チキンスープ 卸しにんにく とろけるカレー			
	米·麦 (なし)		キハダマグロ・野菜エキ	ス・塩 (大豆)				【和風ドレッシング】 大豆油・酢・砂糖・しょうゆ・玉ね ぎ・塩・マスタード・こしょう・に んにく	640	22.0
月		ごぼうサラダ		┃ ♥・豚肉・豚脂・たまねぎ・大豆・にら・しょうゆ ソエキス・しょうが・こしょう・小麦粉(小麦・豚		_	和風ドレッシング	(小麦・大豆・豚肉・りんご)	761	25.5
11/	わかめごはん       米・わかめ・	揚げギョーザ	ギョーザ 「豚肉・塩・砂糖・香辛料(大	こめあぶら		_				
18	水あめ・塩・ 昆布エキス・ 酵母エキス	<sup>はるさめ</sup> 春雨サラダ	ハム	はるさめ こめあぶら さとう	にんじん りょくとうもやし きゅうり	かつお			725	20.1
火	したない は したことは 山之口小 エストメニュー	- キムチ汁	とりにく みそ プチとうぶ <sup>豆乳 でん</sup>	粉(大豆)	にんじん だいこん く・で はくさいキムチ りょくとう やし えのきたけ	ん粉。均	<b>塩 (なし)</b>		869	23.9
99.	エントシーユー	モチクリームアイス		もちクリームアイス / 乳製品	・砂糖・もち米粉・粉あめ・全粉乳・脱脂乳・	·粉末油	・ ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・			
11/	チーズパン 	かぶ入りポトフ	ぶたにく ウインナー 豚肉・豚脂・ 砂糖・香辛料	でん粉・塩・ 斗(豚肉)	キャベツ ブロッコリー たまねぎ かぶ パセリ		チキンスープ ブイヨン 淡口 しお			
19	ショートニン グ・脱脂粉乳・ 砂糖・塩イー	ベジ活の日 小学校約120g 中学校約145g	豚肉·塩·砂糖·香辛料(大	豆·豚肉)				【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・	622	23.5
	スト・チーズ (小麦・乳)	スパゲティサラダ	<b>/</b> /Д	スパゲティ さとう	キャベツ きゅうり にんじ はくさい たまねぎ	たん	淡口 卵不使用マヨネーズ	でん粉・調味料 (大豆)	771	28.3
11/	ごはん	(こくどうふ <b>肉豆腐</b>	ぶたにく とうふ	さとう	こんにゃく にんじん しめほししいたけ ねぎ	りじ	濃口 淡口 酒 みりん			
20		ひじきサラダ	✓ [豚肉・塩・砂糖・香辛料(大 ハム ひじき	豆·豚肉)	きゅうり キャベツ スイートコーン		和風ドレッシング	【和風ドレッシング】 大豆油・酢・砂糖・しょうゆ・玉ね ぎ・塩・マスタード・こしょう・に んにく (小麦・大豆・豚肉・りんご)	606 719	24.2
11/	こくとう 黒糖パン		とりにく ぎゅうにゅう	じゃがいも	たまねぎ にんじん		クリームポタージュ			
		クリームシテュー	なまクリーム				Fホワイトルウ しお こしょう	【青じそドレッシング】	570	23.7
	脱脂粉乳・砂   糖・塩・イー   スト・黒糖   (小麦・乳)		かいそう まぐろみずに	ハダマグロ·野菜エキス·塩 (大豆) ごまあぶら ごま	キャベツ きゅうり		青じそドレッシング	砂糖・しょうゆ・酢・かつお節・塩・昆布だし・はくさいエキス・オニオンエキス・青じそ・香辛料 (小麦・大豆))	707	28.6
11/	ごはん	チムタク(韓国風鶏じゃが)	とりにく	じゃがいも さとう はるさ め トッポギ	たまねぎ にんじん ねぎ	*	酒 卸しょうが みりん 濃口 淡口 卸にんにく			
25			卵・だし汁・でん粉・砂糖・塩・なたね油 (卵・小麦・大豆)	キハダマグロ・野菜エキス・塩 (大豆)	白菜・かつお く・でん粉。 塩		┃ 布・パプリカ・唐辛子・にんに はし)		614	24.0
火		チュモッパ(韓国風おにぎりの具)	スクランブルエッグ まぐろみずに	ごま ごまあぶら	たくあん はくさいキムチにんじん				732	27.9
	1	野菜のミートソース煮込み	がたにく だいずミート	じゃがいも さとう	たまねぎ かぼちゃ にんじん マッシュルーム ピーマン	•	赤ワイン 濃縮トマトソース ケチャップ ウスター チキンスープ 卸しにんにく デミグラスソース 洋風スープ			
26	- 小麦粉・ - ショートニン - - グ・脱脂粉 - 乳・砂糖・塩・ - イースト		キハダマグロ・野菜エキス まぐろみずに	マ・塩 (大豆) こめあぶら さとう	きゅうり ブロッコリー		酢 淡口 しお		600	25.3
水	イースト   (小麦·乳)     	<sup>くろまめ</sup> 黒豆きなこクリーム		くろまめきなこクリーム	┃ 食用油脂・砂糖・きなこ・乳製品(乳・大豆 ┃	豆・ごま	(:)		724	30.2
11/	ごはん	がでん 飫肥天	おびてん	・うだら・豆腐・しょうゆ・でん粉・黒糖・塩 (	小麦·大豆)					
27		大豆とじゃがいもの磯煮	とりにく ひじき だいず / 大豆・植物油 (大豆)	さとう じゃがいも	にんじん さやいんげん		酒 淡口 濃口 みりん		602	21.8
木		いももち汁	あぶらあげ みそ	ひとくちいももち	だいこん にんじん ごぼ	う	にぼしだし		738	26.3
	ばんりょう 減量ミルクパン  小麦粉・ショ	カレーうどん	ぶたにく	うどん	たまねぎ にんじん ねぎ	•	かつおだし 淡口 みりん とろけるカレー			
28	ートニング・ ¦ 牛乳・脱脂粉 ¦ 乳・砂糖・塩・ !		豚肉·塩·砂糖·香辛料	(大豆·豚肉)				【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・	580	19.7
金	イースト(小 麦・乳)	キャベツとハムのサラダ	ハム	<u>ಕ</u> ರ್ಶ	きゅうり キャベツ にんじ	たん	淡口 卵不使用マヨネーズ	大豆にんロ・皆干杯・貯はエイス・ でん粉・調味料 (大豆)	728	24.4