

※牛乳(赤の中間)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 6 columns: 淡口(しょうゆ), (濃口)しょうゆ, 麦みそ, 赤みそ, チキンスープ, ウスターソース, デミグラスソース, 濃縮トマトソース, 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, とろけるカレーフレーク. Each cell lists ingredients and allergen information.

Main menu table with columns: 主食, 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, 献立名, エネルギー, たんぱく質. Rows include meals like 3/ たけのこごはん, 2/ わかめうどん, 3/ ごはん, 4/ チーズパン, 5/ ごはん, 6/ 米粉パン, 9/ ごはん, 10/ ごはん, 11/ ミルクパン, 12/ ごはん, 13/ コッペパン.

	主食	献立名 主食およびおかず	食 材 料				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
			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)	調味料・その他			
	全給食日	牛乳	ぎゅうにゅう				乳		
3/16月	ごはん	ぎょうざ 餃子スープ  ぶたにく あつあ 豚肉と厚揚げのオイスター炒め		こめあぶら スープぎょうざ <small>小麦粉・大豆粉・なたね油・豚肉・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・しょうが・大豆たん白・しょうゆ・なたね油・塩・砂糖・でんぷん・香辛料 (小麦・豚肉・鶏肉・大豆)</small>	たまねぎ チンゲンサイ りよくとうもろやし にんじん ねぎ	淡口 中華だし チキンスープ	【オイスター】 ほたて・かき・ほっけ・すけそうだ ら・砂糖・昆布エキス・酵母エキ ス・水あめ・塩・酒精 (なし)	631	23.6
			ぶたにく あつあげ	こめあぶら さとう ごまあぶら でんぷん	たまねぎ にんじん あおまめ たけのこ	卸しょうが オイスター 濃口 みりん		751	27.8
3/17火	ごはん	サーモンチーズフライ  くき 茎わかめのきんぴら  かきたま汁	【カラフトマス・チーズ・パン粉・小麦粉・塩 (小麦・乳・さけ・大豆)】 サーモンチーズフライ  ぶたにく くきわかめ スライスちくわ とうふ たまご	こめあぶら  さとう	ごぼう こんにやく にんじん あおま め  たまねぎ えのきたけ にんじん ほうれんそう ねぎ	濃口 淡口 みりん  だしこんぶ かつおだし 淡口 酒 しお		641	27.5
								738	30.2
ベジ活の日 小学校約120g 中学校約145g									
3/18水	減量黒糖パン	ミートソースパゲティ  小麦粉・ショ ートニング・脱脂 粉乳・砂糖・塩 ・イースト・黒糖 (小麦・乳)	ぶたにく だいずミート  大豆・植物油 (大豆)	スパゲティ	たまねぎ にんじん マッシュルーム	洋風スープ 卸しにんにく ケチャップ トマトソース ウスター しお	【コールスロードレッシング】 植物油・砂糖・酢・塩・レモン果 汁・卵黄 (卵・大豆)	607	22.5
		コールスローサラダ			キャベツ にんじん きゅうり スイ ートコーン	コールスロードレッシング		758	27.5
3/19木	ごはん	マーボー豆腐  きゅうりとキャベツの中華漬	ぶたにく とうふ あかみそ  わかめ	こめあぶら でんぷん  ごまあぶら さとう	たまねぎ にんじん しいたけ ねぎ たけのこ  きゅうり キャベツ	卸しょうが 卸しにんにく 麻婆豆腐の素 淡口	【マーボー豆腐の素】 しょうゆ・砂糖・にんにく・しょうが・塩・み ぞ・ラージャン・チキンエキス・でん粉・ ポークエキス (小麦・大豆・鶏肉・豚肉・ゼラチン)	579	23.4
						卸しにんにく 淡口 酢		687	27.1
3/23月	ごはん	とんかつ  せんざり 千切りキャベツ  いっしょ色ゆのう 一食中濃ソース  しめじとほうれん草のみそ汁	とんかつ <small>豚肉・パン粉・大豆粉・植物油・しょうゆ・塩・香辛料 (小麦・大豆・豚肉)</small>  大豆・植物油 (大豆)  あぶらあげ とうふ みそ	こめあぶら	キャベツ にんじん  たまねぎ にんじん しめじ ほうれんそう	しお  中濃ソース  にぼしだし	【中濃ソース】 砂糖・野菜・果物・酢・塩・でんぷん・香辛 料・カラメル色素 (小麦・大豆・りんご)	588	23.2
								699	27.0
3/24火	ごはん	ひき肉のハヤシライス  フルーツヨーグルト	ぶたにく ひよこまめ  ヨーグルト <small>乳製品・ゼラチン・寒天・香料 (豚肉)</small>	こめあぶら  もも バインアップル <small>小麦粉・ショートニング・脱脂粉乳・砂糖・塩・イースト (小麦・乳)</small>	たまねぎ にんじん マッシュルーム しめじ  たまねぎ にんじん しめじ	白ワイン トマトソース ウスター Fハイシルウ デミグラス  なたでココ <small>なたでココ・砂糖・酸味料 (なし)</small>		618	19.5
								738	22.2
3/25水	ピザトースト	ピザトースト  ようふう たまご 洋風卵とじ  きのこスープ	チーズ <small>豚肉・塩・砂糖・香辛料 (豚肉)</small> たまご ベーコン ミートボール <small>鶏肉・豚肉・たまねぎ・パン粉・でんぷん・塩・香辛料 (小麦・鶏肉・豚肉)</small>	しょくパン  こめあぶら さとう	スイートコーン たまねぎ  たまねぎ にんじん ブロccoli  しめじ えのきたけ エリンギ にんじん たまねぎ チンゲンサイ	白ワイン ピザソース  白ワイン 淡口 洋風スープ  塩 淡口 チキンスープ コンソメ	【ピザソース】 トマトペースト・たまねぎ・酢・大豆油・に んにく・塩・香辛料 (大豆)	597	27.1
								737	32.6