



Main table with columns for event type, date, menu name, allergen status, food groups (1-6), seasonings, and nutritional values. Includes sub-headers for 'あか', 'みどり', and 'き'.



行事等	日・曜日	献立名	アレルギー原因物質特定7品目							調味料	栄養価 <small>エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(エネルギー)(g) カルシウム(mg)</small>					
			あか		みどり		き									
			小麦 卵 そば	牛乳 花生 ごま	豚肉・卵・豆・豆製品	牛乳・乳製品 小魚・海そう	緑黄色野菜	その他の野菜・果物 (きのこ・こんにやく)	5群 こく類 いも・砂糖			6群 油脂 (種実) 脂質	炭水化物			
二中 四中 なし	17	木	ごはん							米	米油		747			
			牛乳				牛乳						28.4			
			手作りメンチカツ				豚肉	牛乳		玉ねぎ	パン粉 小麦粉	菜種油	塩 胡椒 ナツメグ 中濃ソース	27.3		
			薩摩揚げと野菜の炒め物				さつま揚げ		人参	キャベツ エリンギ		ごま油	塩 胡椒 醤油 和風だし	320		
			のっぺい汁				豆腐		小松菜	大根 こんにやく			醤油 塩 削り節			
二中 なし	18	金	ごはん							米	米油		730			
			海苔ふりかけ				鰹節	のり	抹茶			砂糖 でん粉	塩	31.5		
			牛乳					牛乳						29.1		
			鯖の南部焼き				さば			生姜		ごま	醤油 酒 みりん	376		
			五目煮豆				大豆	昆布	人参	ごぼう こんにやく 椎茸			醤油 酒 和風だし みりん			
			きのこ汁				豆腐			玉ねぎ しめじ なめこ 根深ねぎ			削り節			
			みそ				みそ									
	21	月	黒糖ロールパン									パン 黒砂糖		772		
			牛乳					牛乳						32.2		
			ミートグラタン				豚肉	チーズ	人参	玉ねぎ にんにく 生姜		じゃが芋 砂糖	米油	デミグラスソース ケチャップ パン粉 中濃ソース ローリエ 塩 胡椒 ワイン 昆布だし 鶏がらスープ	34.9	
			キャベツとコーンのサラダ				キャベツ			とうもろこし		砂糖	米油	りんご酢 塩 胡椒	397	
			カシューナッツ(小袋)									カシューナッツ				
	22	火	ごはん							米	米油		765			
			牛乳					牛乳						32.7		
			鶏肉のピリ辛揚げ				鶏肉			にんにく 生姜		でん粉	醤油 酒 みりん 胡椒	26.5		
			金平ごぼう						人参	ごぼう しらたき		砂糖	ごま ごま油	347		
			じゃが芋のみそ汁				豆腐	みそ	油揚げ	小松菜		じゃが芋	醤油 みりん 和風だし 唐辛子粉 削り節			
	23	水	中華めん									中華めん		762		
			牛乳					牛乳						35.6		
			担々麺(具)				豚肉 大豆	みそ	人参	玉ねぎ にんにく 生姜 椎茸		砂糖	米油	酒 醤油 豆板醤	21.0	
			担々麺(スープ)						人参	もやし 根深ねぎ		でん粉		テンナンジャン チンタン 胡椒 チンタン 鶏がらスープ 昆布だし ナンプラー 醤油 塩 胡椒	398	
			さつま芋とひよこ豆のから揚げ				ひよこ豆	煮干し				さつま芋 でん粉	米油	塩 胡椒		
ふるさと 給食の日	24	木	ごはん							米	米油		805			
			牛乳					牛乳						34.0		
			肉豆腐				豚肉 豆腐		人参	玉ねぎ 筍 椎茸 しらたき グリンピース		砂糖	米油	醤油 酒 昆布だし	28.5	
			くろはんべんフライ					いわし				砂糖 小麦粉 小麦粉	菜種油	塩 魚介エキス	394	
			もやしのごま酢和え						小松菜	もやし		砂糖	ごま ごま油	醤油 塩 りんご酢		
	25	金	ごはん							米	米油		779			
			牛乳					牛乳						29.0		
			秋刀魚のレモン煮				さんま			かぼす レモン		でん粉	醤油 みりん 塩	27.8		
			じゃが芋の甘辛煮						人参	グリーンピース		じゃが芋 砂糖	醤油 みりん 和風だし 酒	410		
			根菜のごまキムチ汁				豚肉	昆布	唐辛子	つきこんにやく 大根 ごぼう 根深ねぎ 白菜 にんにく		ごま	削り節 チンタン			
	28	月	ロールパン									パン		765		
			牛乳					牛乳						31.1		
			パンフキンシチュー				鶏肉	牛乳	人参	玉ねぎ		じゃが芋 小麦粉	米油	キンプアイン 酒 塩 胡椒	33.4	
			ごまきなご豆				ウインナー	大豆	かぼちゃ			でん粉 砂糖	ごま 菜種油	塩	403	
			茎若布のサラダ				茎若布			キャベツ とうもろこし		砂糖	ごま油	醤油 米酢 塩		
	29	火	ごはん							米	米油		760			
			牛乳					牛乳						31.7		
			鶏肉のごまみそ焼き				鶏肉	みそ		にんにく 生姜		砂糖	ごま	醤油 酒 みりん	28.9	
			じゃがバター									じゃが芋	バター	塩	294	
			沢煮椀				豚肉	油揚げ	人参	大根 ごぼう 筍 椎茸 生姜		みつば	醤油 酒 塩 みりん 削り節			
	30	水	ごはん							米	米油		752			
			牛乳					牛乳						27.0		
			厚焼き玉子				卵					砂糖	でん粉	植物油脂	みりん 鰹だし 醤油 塩	26.4
			辛子和え						小松菜	キャベツ				塩 醤油 練り辛子	390	
			里芋と生揚げの煮物				生揚げ	鶏肉	人参	大根 こんにやく 椎茸		里芋 砂糖		酒 みりん 醤油 和風だし		
	31	木	きのこピラフ				鶏肉		人参	玉ねぎ しめじ エリンギ マッシュルーム		米	バター 米油	鶏がらスープ 醤油 塩 胡椒 ワイン	740	
			牛乳					牛乳							22.6	
			さつま芋コロッケ									さつま芋 砂糖 小麦粉	菜種油	塩 中濃ソース	28.9	
			野菜スープ				ベーコン	豆腐	人参	キャベツ とうもろこし				ワイン 塩 胡椒 鶏がらスープ 洋風だし	460	
			梨のゼリー									砂糖				

☆ 材料などの都合により献立を変更することがあります。御了承ください。