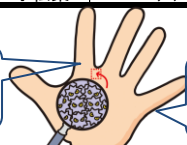




行事等	日・曜日	献立名	アレルギー原因物質特定7品目							調味料	栄養価 <small>エネルギー(kcal) たんぱく質(g) 脂質(エネルギー%) カルシウム(mg)</small>								
			あか		みどり		き												
			1群	2群	3群	4群	5群	6群											
17月		ロールパン								パン									
		いちごジャム								いちご									
		牛乳								牛乳									
		チキンのハーブ焼き								鶏肉	にんにく	オリーブ油	醤油 ワイン 塩 バジル粉 ローズマリー						
		マセドアンサラダ								きゅうり とうもろこし	じゃが芋 砂糖	米油	りんご酢 塩 胡椒						
18火		ミネストローネ								ベーコン	人参	玉ねぎ キャベツ セロリ にんにく	マカロニ	鶏がらスープ ワイン 塩 胡椒 洋風だし					
		ごはん											米	米油	酒				
		牛乳											牛乳						
		鯛の生姜煮											いわし	生姜	砂糖 でん粉	塩 醤油 みりん			
		豚肉と切干し大根の炒め物								豚肉	昆布	人参 にはら	切干し大根 しめじ	生姜 にんにく	ごま	醤油 オイスターソース 酒			
19水		みそけんちん汁								豆腐 みそ	油揚げ	葉ねぎ	大根 こんにやく	じゃが芋		削り節			
		中華めん														中華めん			
		五目ラーメン								豚肉 なた	うずら卵	人参	玉ねぎ もやし 生姜 根深ねぎ にんにく		ごま油	醤油 酒 塩 胡椒 チンタン ナンラー			
		牛乳														牛乳			
		揚げぎょうざ								豚肉		にはら	キャベツ 玉ねぎ 生姜	小麦粉	砂糖	豚脂	菜種油	塩 醤油	
20木		キャベツと枝豆のサラダ											キャベツ 枝豆 とうもろこし	砂糖	ごま油	醤油 米酢 塩			
		ごはん														米	米油		
		牛乳														牛乳			
		肉じゃが								豚肉		人参	玉ねぎ しめじ しらたき	じゃが芋	砂糖		醤油 酒 みりん 和風だし 昆布だし		
		きびなごフライ									きびなご		生姜	でん粉	じゃが芋	菜種油	パン粉 玄米粉		
21金		まぐろ											まぐろ	人参	キャベツ	ごま 菜種油	オイスターソース 醤油 塩 胡椒		
		ごはん														米	砂糖	ごま	米油
		牛乳														牛乳			
		黒はんぺんフライ								くろはんぺん				パン粉 小麦粉	菜種油				
		厚揚げと玉ねぎのみそ汁								生揚げ みそ		小松菜	玉ねぎ えのきたけ みかん	じゃが芋			削り節		
24月		冷凍みかん																	
		玄米ロールパン															パン 玄米		
		牛乳														牛乳			
		ラザニア								豚肉	レンズ豆	人参	玉ねぎ マッシュルーム にんにく	ワンタン皮	砂糖	米油	パン粉	デミグラスソース ケチャップ 中濃ソース 塩 胡椒 ローリエ ナツメグ ワイン バジル粉	
		コンソメスープ								ベーコン		人参	キャベツ とうもろこし				パセリ粉 ワイン 塩 胡椒 鶏がらスープ コンソメ粉		
25火		ごはん														米	米油		
		牛乳														牛乳			
		鯖のみかん煮								さば			みかん				砂糖	醤油 塩 鰹・昆布エキス	
		ピリ辛もやし											小松菜	もやし にんにく				砂糖	醤油 塩 唐辛子粉
		根菜のごまキムチ汁								豚肉 豆腐	昆布	人参	こんにやく 大根 ごぼう 根深ねぎ	じゃが芋	ごま		削り節 酒 チンタン 塩		
26水		根菜のごまキムチ汁								みそ		唐辛子	白菜 にんにく 生姜						
		コーンとひじきのピラフ								ウインナー	ひじき	赤ハブカ	とうもろこし にんにく	米	砂糖	バター 米油	醤油 ワイン 塩 胡椒 鶏がらスープ		
		牛乳														牛乳			
		白身魚のアーモンドフライ								ホキ				パン粉 小麦粉 米粉	アーモンド	菜種油		中濃ソース 塩	
		うずら卵と野菜のスープ								うずら卵	豆腐	人参	玉ねぎ				醤油 ワイン 塩 胡椒 鶏がらスープ 洋風だし		
27木		乳酸菌飲料															砂糖		
		ごはん														米	米油	酒	
		牛乳														牛乳			
		回鍋肉(ホイコーロー)								豚肉	みそ	人参	キャベツ	砂糖	ごま油		オイスターソース 豆板醤 醤油 酒 中華だし		
		わかめスープ								豆腐	わかめ	小松菜	にんにく 生姜 もやし	でん粉	ごま油		チンタン 醤油 塩 胡椒 中華だし		
28金		ヨーグルト														ヨーグルト			
		ごはん														米	米油		
		牛乳														牛乳			
		炒り豆腐								鶏肉 豚肉	豆腐 卵	人参	玉ねぎ 筍 椎茸	砂糖	米油		酒 みりん 醤油 和風だし 昆布だし		
		焼きししゃも											ししゃも				米油		
	キャベツとツナの煮浸し								まぐろ		小松菜	キャベツ					和風だし 醤油 みりん		

☆ 材料などの都合により献立が変更することがあります。御了承ください。

手の平のこんなせまいところにも、目に見えない菌がひそんでいます。だから手を洗わないで食べると食中毒になる可能性があります。



手を洗ってから食べよう

食事の前には石けんできちんと手を洗い、よくすすいでから清潔なハンカチやタオルで拭き取りましょう!