

行事等	日・曜日	献立	アレルギー原因物質特定7品目			あか		みどり		き		調味料	栄養価 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)	
			小麦	卵	落花生	エビ	主に体をつくるものになる食品		主に体の調子を整えるものになる食品		主にエネルギーのものになる食品			
			小	卵	落花生	エビ	1群	2群	3群	4群	5群			6群
2月	白飯									米			779 29.8 21.7 302	
	牛乳						牛乳							
	豚キムチ						豚肉	昆布	にんじん	キャベツ もやし たまねぎ だいこん はくさい ねぎ しょうが にんにく	じゃがいもでん粉 もち粉	ごま油		清酒 豆板醤 唐辛子 しょうゆ 食塩 こしょう
	卵と春雨のスープ						たまご			ねぶか	マロニー	ごま油		チキンイオン 中華だし しょうゆ 清酒 食塩 こしょう
	わかめしらすすりかけ						しらす	わかめ のり		梅 しそ	さとう	ごま		かつおだし 昆布だし しょうゆ
3火	ロールパン									小麦粉 砂糖	マーガリン		864 32.8 30.9 536	
	牛乳						脱脂粉乳	牛乳						
	ボルシチ						ぶた肉		にんじん	キャベツ だいこん たまねぎ にんにく		チキンイオン ケチャップ トマトピューレ ウスターソース ワイン ローリエ 食塩 ナツメグ こしょう		
	ピロシキ						ぶた肉			たまねぎ たけのこ しょうが にんにく	米粉 とうもろこし粉 じゃがいも さとう	チキンオイル 米ぬか油		しょうゆ 清酒 食塩 香辛料
	フルーツカクテル							寒天		パイン 黄桃 みかん	砂糖			
4水	白飯									米			877 28.3 24.8 401	
	牛乳						牛乳							
	夏野菜カレー						ぶた肉		にんじん	たまねぎ トマト なす さやいんげん にんにく しょうが	じゃがいも	米ぬか油		チキンイオン フルーツチャップネ ワイン カレー粉 カレールー ウスターソース 中濃ソース 食塩
	ポイルドサラダ デザート							ヨーグルト		キャベツ きゅうり コーン	さとう	米ぬか油		米酢 食塩 こしょう
5木	鶏肉の炊き込みごはん						とり肉		にんじん	干しいたけ		清酒 しょうゆ 食塩 和風だし	836 32.3 28.3 394	
	牛乳						油揚げ	牛乳						
	いわしの梅煮						いわし			梅 しそ	さとう じゃがいもでん粉	しょうゆ みりん 食塩		
	豆腐とじゃがいものみそ汁						豆腐 みそ		葉ねぎ	たまねぎ	じゃがいも	かつお節 昆布だし		
	カシューナッツ											カシューナッツ		
6金	白飯									米			840 28.7 25.2 465	
	牛乳						牛乳							
	ハンバーグのあんかけ						とり肉			しょうが にんにく たまねぎ	でんぷん じゃがいもでん粉	米ぬか油		しょうゆ 食塩 中華だし
	しらすと野菜の炒め物						ぶた肉 大豆		チンゲンサイ	キャベツ		ごま油		しょうゆ こしょう
	七タのお吸い物						ゆば		にんじん	だいこん みつば				かつお節 昆布だし 食塩 しょうゆ 清酒
七タゼリー							寒天		レモン ブドウ みかん	さとう 水あめ	油			
9月	ソフト麺										小麦粉		897 31.9 29.9 313	
	牛乳						牛乳							
	つけナポリタン						ウインナー	にんじん	たまねぎ			オリーブ油		チキンイオン 洋だし ハセリ ケチャップ 食塩 こしょう
	豆とじゃがいもの唐揚げ ゆでとうもろこし						ぶた肉	チーズ	ピーマン	トマト にんにく		米ぬか油		食塩 こしょう
10火	食パン										小麦粉 砂糖	マーガリン	811 33.4 30.1 400	
	牛乳						脱脂粉乳	牛乳						
	さけフライ						さけ 大豆				小麦粉 はん粉 でん粉	米ぬか油		食塩
	マセドアンサラダ									きゅうり コーン	じゃがいも さとう	米ぬか油		りんご酢 食塩 こしょう
	クリームスープ						とり肉	牛乳	にんじん	キャベツ たまねぎ		バター		チキンイオン 洋だし ホワイトソース 食塩 こしょう
11水	白飯									米			859 38.6 27.1 313	
	牛乳						牛乳							
	焼き塩鯖						さば							食塩
	昆布豆						大豆	昆布				三温糖		清酒 しょうゆ みりん
	油揚げとじゃがいものみそ汁						油揚げ みそ			だいこん ねぶか	じゃがいも			かつお節 昆布だし
12木	ツナピラフ						まぐろ		にんじん	たまねぎ エリンギ グリーンピース		米サラダ油	チキンイオン 洋だし ワイン しょうゆ 食塩 こしょう	862 29.5 27.7 430
	牛乳						牛乳							
	豆とかぼちゃのコロッケ						大豆		かぼちゃ		じゃがいも さとう 米粉 パン粉	大豆油 米ぬか油	しょうゆ 食塩	
	卵と冬瓜のスープ						たまご		こまつな	とうがん しょうが	じゃがいもでん粉		チキンイオン 洋だし 清酒 しょうゆ 食塩 こしょう	
	ヨーグルト							ヨーグルト						
13金	白飯									米			828 33.6 22.9 380	
	牛乳						牛乳							
	親子丼の具						とり肉		にんじん	たまねぎ たけのこ 干しいたけ		三温糖		しょうゆ 食塩 清酒 みりん 和風だし
	豆腐ともやしのみそ汁						たまご なた		葉ねぎ	もやし				かつお節 昆布だし
	アーモンド小魚						いわし				さとう	ごま アーモンド		

○早寝・早起き・朝ごはん！

(都合により食材等献立内容を変更することがあります。)

