

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	牛乳	大豆	1群	2群	3群	4群	5群	6群					
			魚・肉・卵・豆・大豆製品	たんぱく質	牛乳・乳製品	小魚・海そう	魚・肉・卵・豆・大豆製品	たんぱく質	緑黄色野菜	その他の野菜・果物(きのこ・こんにやく)	こく類	いも・砂糖			油脂(種実)	脂質	
	27月	始業式(給食無し・午前)															
火	28	白飯															
		牛乳															
		カレーライス															
水	29	白飯															
		牛乳															
		焼き塩さば															
木	30	ジャンバラヤ															
		牛乳															
		かぼちゃチーズフライ															
金	31	白飯															
		牛乳															
		親子丼の具															
月	3	中華麺															
		牛乳															
		五目ラーメン															
火	4	ロールパン															
		牛乳															
		メキシカンビーフソテー															
水	5	クープジュシー															
		牛乳															
		小さいわしフライ															
木	6	白飯															
		牛乳															
		あじの干物															
金	7	白飯															
		牛乳															
		スタミナ焼き肉															
月	10	ソフト麺															
		牛乳															
		ミートソース															
水	11	バーガーパン															
		牛乳															
		照り焼きハンバーグ															

○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。)

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		
			小麦	卵	牛乳	大豆	カゼン	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とになる食品			たんぱく質(g)	脂質(エネルギー%)	カルシウム(mg)
								1群	2群	3群	4群	5群	6群				
		白飯 牛乳							魚・肉・卵・豆・豆製品 たんぱく質	牛乳・乳製品 小魚・海そう 無機質	緑黄色野菜 カロテン	その他の野菜・果物(きのこ・こんにやく) ビタミンC(食物繊維)	こく類 いも・砂糖 炭水化物	油脂(種実) 脂質			
	12水	八宝菜 しらすシューマイ くだもの							ぶた肉 なたとう うずら卵		にんじん	たまねぎ はくさい もやし きくらげ 干しいたけ にんにく しょうが	じゃがいもでん粉 さとう 小麦粉	ごま油 米ぬか油 豚脂	チンタン オイスターソース ナンブラー 食塩 しょうゆ 清酒 和風だし オイスターソース 食塩 こしょう	789 28.4 22.9 305	
	13木	油揚げとわかめのごはん 牛乳 肉じゃが 鯖カレー揚げ							油揚げ わかめ 牛乳		にんじん	たまねぎ しらたき グリンピース しょうが	じゃがいも さとう 米ぬか油	米ぬか油 米ぬか油	食塩 清酒 しょうゆ みりん 和風だし 昆布だし カレー粉 しょうゆ	875 28.6 29.3 292	
	14金	白飯 牛乳 焼き塩鮭 白菜とほうれんそうのごま和え 豆腐とじゃがいものみそ汁								牛乳		ほうれんそう はくさい たまねぎ	さとう ごま じゃがいも	米 食塩 しょうゆ かつお節 昆布だし	805 347 20.3 344		
	17月	敬老の日															
	18火	食パン 牛乳 ポークビーンズ 海藻サラダ スライスチーズ								脱脂粉乳 牛乳		にんじん トマト	たまねぎ にんにく キャベツ コーン	さとう 米ぬか油 さとう ごま油	小麦粉 砂糖 マーガリン チキンブイオン ケチャップ ローリエ トマトピューレ トマトフォンデュ ナツメグ ウスターソース 食塩 こしょう しょうゆ 食塩	876 28.0 24.6 288	
	19水	白飯 牛乳 いわしの蒲焼き キャベツと小松菜のお浸し かきたま汁								牛乳			キャベツ	じゃがいもでん粉 さとう	米ぬか油 しょうゆ みりん 清酒 しょうゆ かつお節 食塩 しょうゆ 昆布だし 和風だし	796 28.0 24.6 288	
	20木	白飯 牛乳 麻婆豆腐 ししゃもの唐揚げ 塩ナムル								牛乳		にんじん	しょうが にんにく ねぶか 干しいたけ	米ぬか油 ごま油 米ぬか油	トウバンジャン テンメシジャン チンタン 清酒 しょうゆ	282 27.6 23.8 339	
	21金	さつまいもごはん 牛乳 さんま煮付け 白玉団子汁								牛乳			しょうが	米 さつまいも さとう	くり 米ぬか油 清酒 みりん 食塩 昆布だし かつお節 昆布 しょうゆ かつお節 昆布だし 食塩 しょうゆ 清酒	803 27.7 21.6 357	
	24月	秋分の日振替休日															
	25火	鷹根祭振替休日															
	26水	鷹根祭振替休日															
	27木	チキンとコーンのピラフ 牛乳 アンサンブルエッグ ベーコンと白菜のクリームスープ							とり肉		にんじん	コーン しめじ グリンピース		バター 米サラダ油 じゃがいも さとう じゃがいもでん粉 ひまわり油 バター 米ぬか油	チキンブイオン 洋だし ワイン しょうゆ 食塩 こしょう 食酢 食塩 酵母 チキンブイオン ブイオン 食塩 こしょう	843 28.7 30.9 357	
	28金	白飯 牛乳 ハヤシライス ポイルドサラダ デザート								牛乳		にんじん	たまねぎ にんにく しょうが キャベツ きゅうり コーン	米ぬか油 米ぬか油 さとう さとう	赤ワイン デミグラスソース ハヤシルー トマトピューレ 中濃ソース 食塩 ウスターソース コショウ ナツメグ ローリエ 米酢 食塩 コショウ	858 29.9 25.0 438	