

平成30年 Aコース

8月 献立予定表

士別市学校給食センター




◆白飯の持参日は、月曜日・木曜日です。
◇毎日、はし・スプーン・おしぼりを忘れないで下さい。
※献立予定表には、主な食材を記載しています。
※献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご了承ください。

★1日あたり平均栄養量★

★たんぱく質量 小学生 28.5g 中学生 33.3g
★脂質 小学生 21.9g 中学生 24.7g
★塩分 小学生 3.4g 中学生 4.1g


今月の士別産
じゃがいも・きゅうり・なす・ズッキーニ

8月 旬のたべもの
トマト・とうもろこし・きゅうり・なす・ピーマン・大根などがあります。



8月24日(金)の塩ラーメンにP焼きのりがつきま
す。

ラーメンの上のせ
て食べてください。



17(金)
小901kcal 中1114kcal

- ・小型バターパン
- ・牛乳
- ★ひき肉となすのトマトスパゲティ
- ☆フレンチサラダ
- *てり焼きチキン

★スパゲティ・鶏肉・大豆・玉葱・人参・なす・ズッキーニ・しめじ・トマト
☆キャベツ・きゅうり・レタス(フレンチドレッシング・コールスロドレッシング)
*鶏肉

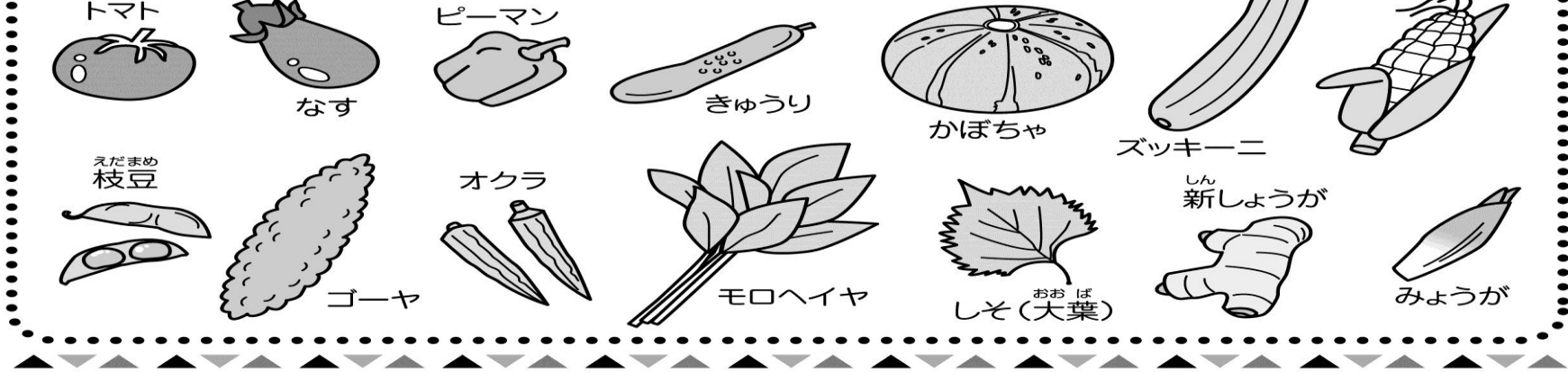
20(月)	21(火)	22(水)	23(木)	24(金)
小678kcal 中814kcal	小650kcal 中789kcal	小638kcal 中760kcal	小781kcal 中971kcal	小640kcal 中823kcal
・持参ご飯 ・牛乳 ★ニラ玉スープ ☆金山寺みそカツ(米油) *八宝菜	・委託ご飯 ・牛乳 ★白菜のみそ汁 ☆たらの磯バター焼き *ごま風味サラダ	・バターパン ・牛乳 ★じゃがいものスープ ☆ブレンオムレツ *鶏と青菜のサラダ	・持参ご飯 ・牛乳 ★野菜カレー ☆福神漬け *フルーツカクテル	・小型バターパン ・牛乳 ★塩ラーメン ☆枝豆のサラダ ◎P焼きのり
★液卵・豆腐・ニラ・玉葱 ☆鶏肉 *豚肉・いか・白菜・ズッキーニ・人参・玉葱・ピーマン・チンゲン菜・椎茸	★白菜・人参・長葱・しめじ・油揚げ ☆たらの・バター・青のり *ちくわ・大根・キャベツ・きゅうり・ごま(ごまドレッシング)	★豚肉・人参・玉葱・キャベツ・トマト・じゃが芋・ズッキーニ ☆卵とトマトソース *チンゲン菜・キャベツ・人参・パプリカ・鶏ササミ(チョレギドレッシング)	★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・なす・ズッキーニ・トマト・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ *夏みかん・白桃・黄桃・和梨・みかん・りんご・寒天・ゼリー・人参ジュース	★ラーメン・豚肉・つと・もやし・白菜・チンゲン菜・長葱・わかめ ☆きゅうり・キャベツ・枝豆・鶏ササミ・ごま(中華ごまドレッシング)
27(月)	28(火)	29(水)	30(木)	31(金)
小678kcal 中813kcal	小632kcal 中760kcal	小698kcal 中836kcal	小655kcal 中789kcal	小701kcal 中877kcal
・持参ご飯 ・牛乳 ★すまし汁 ☆さばのみそ煮 *煮しめ	・委託ご飯 ・牛乳 ★のっぺい汁 ☆野菜つくねハンバーグ *塩昆布和え	・バターパン ・牛乳 ★レタスのスープ ☆マスタードチキン *マカロニサラダ	・持参ご飯 ・牛乳 ★もやしのスープ ☆キャベツ餃子<1人2ヶ> *ホイコーロー ●卓上醤油	・小型バターパン ・牛乳 ★ごまスープうどん(米粉麺) ☆わかめとツナのサラダ *ヨーグルト
★豆腐・人参・小松菜・えのき・わかめ ☆さば *豚肉・人参・大根・ごぼう・椎茸・つと・つきこん・細竹	★鶏肉・里芋・人参・大根・ごぼう・長葱・つきこん・油揚げ ☆鶏肉・玉葱・人参・蓮根・葱 *大根・人参・もやし・レタス・塩昆布	★鶏肉・人参・玉葱・レタス・キャベツ・ズッキーニ ☆鶏肉 *マカロニ・ハム・玉葱・人参・きゅうり・コーン(フレンチドレッシング)	★豚肉・人参・もやし・長葱・チンゲン菜 ☆豚肉・鶏肉・キャベツ・玉葱・にら *豚肉・キャベツ・長葱・玉葱・ズッキーニ・ピーマン・人参	★米粉うどん・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ・えのき ☆わかめ・ツナ・キャベツ・人参・コーン(玉葱ドレッシング)

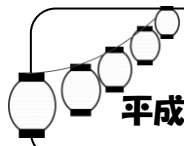
旬の味 夏野菜を 食べよう

夏の太陽をたっぷり浴びて育った野菜は、みずみずしくて栄養たっぷり。夏が旬の野菜の多くは、体の熱をとって、体内の余分な水分を出す働きがあり、暑い季節にぴったりです。夏バテの予防にも役立ちます。

8月31日は「野菜の日」。夏野菜を食べて、体の中から暑さを吹き飛ばしましょう！

夏に美味しい野菜





平成30年 Bコース

8月 献立予定表

士別市学校給食センター



◆白飯の持参日は、火曜日・金曜日です。
◇毎日、はし・スプーン・おしぼりを忘れないで下さい。

※献立予定表には、主な食材を記載しています。
※献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご了承ください。

★ 1日あたり平均栄養量 ★

★たんぱく質量	小学生 27.5g	中学生 31.9g
★脂質	小学生 21.2g	中学生 23.7g
★塩分	小学生 3.3g	中学生 4.0g

今月の士別産

じゃがいも・きゅうり・なす・ズッキーニ

8月 旬のたべもの

トマト・とうもろこし・きゅうり・なす・ピーマン・大根などがあります。



8月20日 (月)

の塩ラーメンにP
焼きのりがつきます。

ラーメンの上のせ
て食べてください。

17 (金)

小 693kcal 中 831kcal

- 持参ご飯
- 牛乳
- ★ふのりのみそ汁
- ☆さばカレー焼き
- *大根の含め煮
- ★じゃが芋・人参・長葱・玉葱・ふのり
- ☆さば
- *さつま揚げ・大根・人参・いんげん・つきこん・ズッキーニ

20 (月)	21 (火)	22 (水)	23 (木)	24 (金)
小 640kcal 中 823kcal	小 781kcal 中 971kcal	小 683kcal 中 760kcal	小 650kcal 中 789kcal	小 678kcal 中 814kcal
<ul style="list-style-type: none"> 小型バターパン 牛乳 ★塩ラーメン ☆枝豆のサラダ ◎P焼きのり 	<ul style="list-style-type: none"> 持参ご飯 牛乳 ★野菜カレー ☆福神漬け *フルーツカクテル 	<ul style="list-style-type: none"> バターパン 牛乳 ★じゃがいものスープ ☆ブレンオムレツ *鶏と青菜のサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 委託ご飯 牛乳 ★白菜のみそ汁 ☆たらの磯バター焼き *ごま風味サラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 持参ご飯 牛乳 ★ニラ玉スープ ☆金山寺みそカツ (米油) *八宝菜
<ul style="list-style-type: none"> ★ラーメン・豚肉・つと・もやし・白菜・チンゲン菜・長葱・わかめ ☆きゅうり・キャベツ・枝豆・鶏ササミ・ごま (中華ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・なす・ズッキーニ・トマト・スキムミルク・バター・りんごチャツネ ☆大根・なす・蓮根・なた豆・赤シソ *夏みかん・白桃・黄桃・和梨・みかん・りんご・寒天・ゼリー・人参ジュース 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・玉葱・キャベツ・トマト・じゃが芋・ズッキーニ ☆卵くトマトソース *チンゲン菜・キャベツ・人参・パプリカ・鶏ササミ (チョレギドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★白菜・人参・長葱・しめじ・油揚げ ☆たら・バター・青のり *ちくわ・大根・キャベツ・きゅうり・ごま (ごまドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★液卵・豆腐・ニラ・玉葱 ☆鶏肉 *豚肉・いか・白菜・ズッキーニ・人参・玉葱・ピーマン・チンゲン菜・椎茸
27 (月)	28 (火)	29 (水)	30 (木)	31 (金)
小 701kcal 中 877kcal	小 781kcal 中 971kcal	小 698kcal 中 836kcal	小 650kcal 中 789kcal	小 678kcal 中 813kcal
<ul style="list-style-type: none"> 小型バターパン 牛乳 ★ごまスープうどん (米粉麺) ☆わかめとツナのサラダ *ヨーグルト 	<ul style="list-style-type: none"> 持参ご飯 牛乳 ★もやしのスープ ☆キャベツ餃子<1人2ヶ> *ホイコーロー ●卓上醤油 	<ul style="list-style-type: none"> バターパン 牛乳 ★レタスのスープ ☆マスタードチキン *マカロニサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 委託ご飯 牛乳 ★のっぺい汁 ☆野菜つくねハンバーグ *塩昆布和え 	<ul style="list-style-type: none"> 持参ご飯 牛乳 ★すまし汁 ☆さばのみそ煮 *煮しめ
<ul style="list-style-type: none"> ★米粉うどん・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ・えのき ☆わかめ・ツナ・キャベツ・人参・コーン (玉葱ドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★豚肉・人参・もやし・長葱・チンゲン菜 ☆豚肉・鶏肉・キャベツ・玉葱・にら *豚肉・キャベツ・長葱・玉葱・ズッキーニ・ピーマン・人参 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・人参・玉葱・レタス・キャベツ・ズッキーニ ☆鶏肉 *マカロニ・ハム・玉葱・人参・きゅうり・コーン (フレンチドレッシング) 	<ul style="list-style-type: none"> ★鶏肉・里芋・人参・大根・ごぼう・長葱・つきこん・油揚げ ☆鶏肉・玉葱・人参・蓮根・葱 *大根・人参・もやし・レタス・塩昆布 	<ul style="list-style-type: none"> ★豆腐・人参・小松菜・えのき・わかめ ☆さば *豚肉・人参・大根・ごぼう・椎茸・つと・つきこん・細竹

旬の味 夏野菜を 食べよう

夏の太陽をたっぷり浴びて育った野菜は、みずみずしくて栄養たっぷり。夏が旬の野菜の多くは、体の熱をとって、体内の余分な水分を出す働きがあり、暑い季節にぴったりです。夏バテの予防にも役立ちます。

8月31日は「野菜の日」。夏野菜を食べて、体の中から暑さを吹き飛ばしましょう！

夏に美味しい野菜

トマト



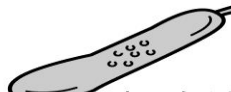
ピーマン



なす



きゅうり



かぼちゃ



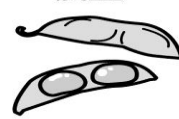
ズッキーニ



トウモロコシ



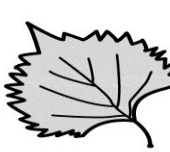
えだまめ 枝豆



オクラ



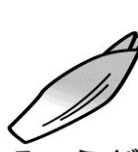
モロヘイヤ



しそ (大葉)



新しょうが



みょうが

平成30年 Aコース **8月分アレルギー記載献立予定表** 士別市学校給食センター

N01

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品27品目
		主 食	副 食	
17	金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★ひき肉となすのトマトスパゲティ ☆フレンチサラダ *てり焼きチキン	★スパゲティ・鶏肉・大豆・玉葱・人参・なす・ズッキーニ・しめじ・トマト ＜調味料＞にんにく・こしょう・米油・砂糖・オリーブ油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 デミグラスソース:小麦粉・生脂豚脂混合油・トマトペースト・ウスターソース(りんご)・砂糖・玉葱・人参・生肉エキス・でん粉・ブラウンルー(大豆)・香辛料 ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ ☆キャベツ・きゅうり・レタス ＜調味料＞フレンチドレッシング:植物油脂・砂糖(とうもろこし)・馬鈴薯・酢・卵 コールスロドレッシング:植物油脂・砂糖・果糖ぶどう糖液糖(とうもろこし)・醸造酢・りんご酢・レモン果汁・液卵 *てり焼きチキン:鶏肉・醤油(小麦・大豆)・砂糖・みりん・でん粉
20	月	持参ご飯 牛 乳	★ニラ玉スープ ☆金山寺みそカツ(米油) *八宝菜	★液卵・ニラ・玉葱・豆腐:大豆 ＜調味料＞酒・こしょう・でん粉・生姜 醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー ☆金山寺味噌カツ:鶏肉・パン粉(乳・大豆)・小麦粉・味噌(ごま・りんご)・醤油 *豚肉・いか・白菜・ズッキーニ・人参・玉葱・ピーマン・チンゲン菜・椎茸 ＜調味料＞生姜・にんにく・みりん・酒・でん粉・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー 中華炒めタレ:醤油(小麦・大豆)・砂糖・オイスターソース・豚肉エキス・ゴマ油・酒・香辛料
21	火	委託ご飯 牛 乳	★白菜みそ汁 ☆たらの磯バター焼き *ごま風味サラダ	★白菜・人参・長葱・しめじ・油揚げ:大豆 ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆たら・バター:乳 ＜調味料＞白ワイン・青のり・醤油:小麦・大豆・とうもろこし *大根・キャベツ・きゅうり・ごま・ちくわ:魚肉(たら)・でん粉・みりん・調味料(とうもろこし・大豆)・食塩・ゼラチン(豚)・生肉エキス)・乳化剤 ＜調味料＞醤油:小麦・大豆・とうもろこし ゴマドレッシング:食用植物油脂・砂糖・醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・卵黄
22	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★じゃがいものスープ ☆プレーンオムレツ *鶏と青菜のサラダ	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・トマト・ズッキーニ ＜調味料＞米油・こしょう・でん粉・醤油:小麦・大豆・とうもろこし コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・生肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 鶏がらベース:鶏肉 ☆プレーンオムレツ:鶏卵・砂糖・澱粉(とうもろこし)・みりん・りんご酢・魚介エキス(さば)・大豆油 ＜調味料＞米油・こしょう・オリーブ油・砂糖・ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 トマトソース:トマト・玉葱・大豆油・砂糖・白ワイン(とうもろこし)・にんにく・コンタミ(小麦・卵・乳・カニ・オレンジ・キウイ・生肉・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン・バナナ) *チンゲン菜・キャベツ・人参・パプリカ・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス ＜調味料＞こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ごま・昆布エキス
23	木	持参ご飯 牛 乳	★野菜カレー ☆福神漬け *フルーツカクテル	★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・なす・ズッキーニ・トマト・脱脂粉乳・バター:乳 ＜調味料＞ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・こしょう・チャツネ:りんご カレールー:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・生肉・りんご・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 赤ワイン ☆大根・なす・蓮根・なた豆・赤しそ・砂糖(とうもろこし)・醤油(小麦・大豆) *夏みかん・白桃・黄桃・和梨・みかん・ゼリー(ゼラチン)・寒天・りんご・人参ジュース:人参・レモン ＜調味料＞砂糖・添加物(とうもろこし)
24	金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★塩ラーメン ☆枝豆のサラダ ◎P焼きのり	★ラーメン・豚肉・もやし・白菜・チンゲン菜・長葱・わかめ つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし ＜調味料＞酒・みりん・にんにく・生姜・こしょう ガラボーク:豚骨・豚肉 ガラチキン:鶏肉 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 ラーメンスープ(塩):塩・豚脂・玉葱・砂糖・チキンエキス(小麦・鶏肉・大豆)・トマトパウダー・酵母エキス(りんご)・にんにく・生肉エキス・寒天 ☆きゅうり・キャベツ・枝豆・ごま・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス ＜調味料＞ごま油・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華ごまドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・オイスターソース・豆板醤・にんにく・ほたてエキスパウダー(乳)・ボークエキスパウダー(豚肉) ◎焼きのり:乾のり・砂糖・醤油(大豆)・鰹だし・昆布だし・水あめ(とうもろこし)・コンタミ(小麦・えび・さば)
27	月	持参ご飯 牛 乳	★すまし汁 ☆さばのみそ煮 *煮しめ	★人参・小松菜・えのぎ茸・わかめ・豆腐:大豆 ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 白だし:小麦・鯖・大豆・鰹節・昆布エキス・水飴 めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 ☆さばのみそ煮:さば・みそ(大豆)・砂糖 *豚肉・人参・大根・ごぼう・椎茸・つきこん・細竹 つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし ＜調味料＞酒・米油・砂糖・みりん・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品27品目
		主 食	副 食	
28	火	委託ご飯 牛 乳	★のっぺい汁 ☆野菜つくねハンバーグ *塩昆布和え	★鶏肉・里芋・人参・大根・ごぼう・長葱・つきこん・油揚げ:大豆 <調味料>酒・でん粉・鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆若鶏と野菜の焼きつくね:鶏肉・玉葱・人参・蓮根・葱・砂糖・醤油(小麦・大豆)・水あめ・パン粉 *大根・人参・もやし・レタス・塩こんぶ:醤油(小麦・大豆)・こんぶ・砂糖・ゼラチン・酢・とうもろこし <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし
29	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★レタスのスープ ☆マスタードチキン *マカロニサラダ	★鶏肉・人参・玉葱・レタス・キャベツ・ズッキーニ <調味料>こしょう・白ワイン・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鶏がらベース:鶏肉 コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ☆鶏肉 <調味料>白ワイン・パセリ・オリーブ油 マスタード:醸造酢(りんご)・からし・植物油脂(大豆)・ソテーオニオン・ポークエキス(豚肉・小麦) ウスターソース:砂糖(とうもろこし)・酢・オニオンエキス・トマトエキス パン粉:小麦粉・砂糖・ショートニング・大豆粉・イーストフード(とうもろこし) *玉葱・人参・きゅうり・コーン・ハム:豚肉・澱粉・砂糖 ツイストマカロニ:小麦粉 <調味料>こしょう・オリーブ油・フレンチドレッシング:植物油脂・砂糖(とうもろこし・馬鈴薯)・酢・卵 マヨネーズ:植物油脂(とうもろこし)・卵黄・醸造酢(米・りんご)・レモン果汁・砂糖
30	木	持参ご飯 牛 乳	★もやしのスープ ☆キャベツ餃子<1人2ヶ> *ホイコーロー ●醤油(大豆・小麦)	★豚肉・人参・もやし・長葱・チンゲン菜 <調味料>にんにく・こしょう・ごま油・米油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鯖 ☆焼き餃子:豚肉・鶏肉・キャベツ・玉葱・にら・ごま油・醤油・でん粉・にんにく・生姜・砂糖・オイスターソース・中華風調味料(乳・ゼラチン)こしょう・小麦粉・大豆粉・植物油脂 *豚肉・キャベツ・長葱・玉葱・ズッキーニ・ピーマン・人参 <調味料>にんにく・生姜・米油 ホイコーローの素:醤油(小麦・大豆)・みそ(米)・砂糖・甜麺醬・豆板醬・にんにく・ごま油
31	金	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★ごまスープうどん(米粉麺) ☆わかめとツナのサラダ *ヨーグルト	★米粉うどん・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ・えのき <調味料>酒・みりん・ごま油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鯖 胡麻スープの素:練りごま・炒りごま・みそ(大豆)・鶏肉エキス・豚肉エキス・醤油(小麦)・豆板醬・にんにく・しょうが・唐辛子・果糖 ☆わかめ・キャベツ・人参・コーン・ツナ水煮:きはだまぐろ・野菜エキス(キャベツ・人参・玉葱) <調味料>玉葱ドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・砂糖・玉葱 *生乳・砂糖・乳酸菌

*献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

*ワカメ・昆布はえび・カニの生息域で採取されています。

*うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんの製造工場では、そばを製造しています。

*大豆製品(豆腐・油揚げ・生揚げ・おから)・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

*パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

*つと・さつまあげ・ちくわの製造工場では、えび・イカ・かに・豚肉・卵・乳を使用しています。

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品27品目
		主 食	副 食	
17	金	持参ご飯 牛乳	★心のりのみそ汁 ☆さばカレー焼き *大根の含め煮	★じゃが芋・人参・長葱・玉葱・心のり ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆さばカレー焼き:さば・カレー粉 *大根・人参・いんげん・つきこん・ズッキーニ さつまいも揚げ:すけそうだら・澱粉・みりん・砂糖・山芋・豚脂・ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし ＜調味料＞砂糖・みりん・酒・生姜・米油・ごま油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス
20	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛乳	★塩ラーメン ☆枝豆のサラダ ◎P焼きのり	★ラーメン・豚肉・もやし・白菜・チンゲン菜・長葱・わかめ つと:すけとうだら・澱粉・みりん・山芋・乳化剤(豚脂)ゼラチン・ビーフエキス・大豆たん白・とうもろこし ＜調味料＞酒・みりん・にんにく・生姜・こしょう ガラボーク:豚骨・豚肉 ガラチキン:鶏肉 中華ベース:小麦・乳・大豆・牛肉・ゼラチン・鶏肉・豚肉・砂糖 ラーメンスープ(塩):塩・豚脂・玉葱・砂糖・チキンエキス(小麦・鶏肉・大豆)・トマトパウダー・酵母エキス(りんご)・にんにく・牛肉エキス・寒天 ☆きゅうり・キャベツ・枝豆・ごま・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス ＜調味料＞ごま油・こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華ごまドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・オイスターソース・豆板醤・にんにく・ほたてエキスパウダー(乳)・ポークエキスパウダー(豚肉) ◎焼きのり:乾のり・砂糖・醤油(大豆)・鰹だし・昆布だし・水あめ(とうもろこし)・コンタミ(小麦・えび・さば)
21	火	持参ご飯 牛乳	★野菜カレー ☆福神漬け *フルーツカクテル	★鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参・南瓜・コーン・なす・ズッキーニ・トマト・脱脂粉乳・バター:乳 ＜調味料＞ターメリック・ガラムマサラ・ロリエ粉・にんにく・生姜・米油・こしょう・チャツネ:りんご カレールゥ:小麦・大豆・砂糖・澱粉(とうもろこし)・粉乳・ゴマペースト・ココナッツ・チーズ・豚肉・鶏肉・牛肉・りんご・オレンジ・バナナ・ココア・ハチミツ・トマトペースト・カレー粉・酢・昆布エキス ソース:トマト・りんご・砂糖・酢・コーンスターチ・オニオンエキス 醤油:小麦・大豆・とうもろこし ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 赤ワイン ☆大根・なす・蓮根・なた豆・赤しそ・砂糖(とうもろこし)・醤油(小麦・大豆) *夏みかん・白桃・黄桃・和梨・みかん・ゼリー(ゼラチン)・寒天・りんご・人参ジュース:人参・レモン ＜調味料＞砂糖・添加物(とうもろこし)
22	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛乳	★じゃがいものスープ ☆プレーンオムレツ *鶏と青菜のサラダ	★豚肉・じゃが芋・玉葱・人参・キャベツ・トマト・ズッキーニ ＜調味料＞米油・こしょう・でん粉・醤油:小麦・大豆・とうもろこし コンソメ:乳・鶏肉・とうもろこし・玉葱・牛肉エキス・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 鶏がらベース:鶏肉 ☆プレーンオムレツ:鶏卵・砂糖・澱粉(とうもろこし)・みりん・りんご酢・魚介エキス(さば)・大豆油 ＜調味料＞米油・こしょう・オリーブ油・砂糖・ケチャップ:トマト・砂糖(とうもろこし)・オニオンエキス・酢 トマトソース:トマト・玉葱・大豆油・砂糖・白ワイン(とうもろこし)・にんにく・コンタミ(小麦・卵・乳・カニ・オレンジ・キウイ・牛肉・鶏肉・豚肉・もも・りんご・ゼラチン・バナナ) *チンゲン菜・キャベツ・人参・パプリカ・鶏ササミ:鶏ささみ肉・野菜エキス(人参・玉葱・白菜・セロリ)・玉葱・寒天・マイタケエキス ＜調味料＞こしょう・醤油:小麦・大豆・とうもろこし チョレギサラダドレッシング:醸造酢・砂糖・ガーリックペースト・醤油(小麦)・みそ(大豆)・ごま・昆布エキス
23	木	委託ご飯 牛乳	★白菜みそ汁 ☆たらの磯バター焼き *ごま風味サラダ	★白菜・人参・長葱・しめじ・油揚げ:大豆 ＜調味料＞鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス みそ:小麦・大豆 ☆たら・バター:乳 ＜調味料＞白ワイン・青のり・醤油:小麦・大豆・とうもろこし *大根・キャベツ・きゅうり・ごま・ちくわ:魚肉(たら)・でん粉・みりん・調味料(とうもろこし・大豆)・食塩・ゼラチン(豚)・生エキス)・乳化剤 ＜調味料＞醤油:小麦・大豆・とうもろこし ゴマドレッシング:食用植物油脂・砂糖・醸造酢・醤油(小麦・大豆)・ごま・卵黄
24	金	持参ご飯 牛乳	★ニラ玉スープ ☆金山寺みそカツ(米油) *八宝菜	★液卵・ニラ・玉葱・豆腐:大豆 ＜調味料＞酒・こしょう・でん粉・生姜 醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー ☆金山寺味噌カツ:鶏肉・パン粉(乳・大豆)・小麦粉・味噌(ごま・りんご)・醤油 *豚肉・いか・白菜・ズッキーニ・人参・玉葱・ピーマン・チンゲン菜・椎茸 ＜調味料＞生姜・にんにく・みりん・酒・でん粉・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・豚肉エキス(小麦・卵・大豆)・チキンパウダー 中華炒めタレ:醤油(小麦・大豆)・砂糖・オイスターソース・豚肉エキス・ゴマ油・酒・香辛料
27	月	小型バターパン (小麦・卵・乳) 牛乳	★ごまスープうどん(米粉麺) ☆わかめとツナのサラダ *ヨーグルト	★米粉うどん・豚肉・もやし・玉葱・キャベツ・えのき ＜調味料＞酒・みりん・ごま油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鯖 胡麻スープの素:練りごま・炒りごま・みそ(大豆)・鶏肉エキス・豚肉エキス・醤油(小麦)・豆板醤・にんにく・しょうが・唐辛子・果糖 ☆わかめ・キャベツ・人参・コーン・ツナ水煮:きはだまぐろ・野菜エキス(キャベツ・人参・玉葱) ＜調味料＞玉葱ドレッシング:醸造酢・醤油(小麦・大豆)・砂糖・玉葱 *生乳・砂糖・乳酸菌

日	曜	献立表		食 材 太字:実際に使用している食材など 下線:アレルギー食品27品目
		主 食	副 食	
28	火	持参ご飯 牛 乳	★もやしのスープ ☆キャベツ餃子<1人2ヶ> *ホイコーロー ●醤油(大豆・小麦)	★ <u>豚肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>もやし</u> ・ <u>長葱</u> ・ <u>チンゲン菜</u> <調味料>にんにく・こしょう・ <u>ごま油</u> ・米油・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 中華だし:砂糖・ <u>豚肉エキス</u> (小麦・卵・大豆)・ <u>チキンパウダー</u> ガラベース:豚肉・鶏肉・昆布・煮干・鰹・鯖 ☆ <u>焼き餃子</u> :豚肉・鶏肉・キャベツ・玉葱・にら・ <u>ごま油</u> ・醤油・でん粉・にんにく・生姜・砂糖・オイスターソース・中華風調味料(乳・ <u>ゼラチン</u>)こしょう・ <u>小麦粉</u> ・ <u>大豆粉</u> ・植物油脂 * <u>豚肉</u> ・ <u>キャベツ</u> ・ <u>長葱</u> ・ <u>玉葱</u> ・ <u>ズッキーニ</u> ・ <u>ピーマン</u> ・ <u>人参</u> <調味料>にんにく・生姜・米油 ホイコーローの素:醤油(小麦・大豆)・みそ(米)・砂糖・甜麺醬・豆板醬・にんにく・ <u>ごま油</u>
29	水	バターパン (小麦・卵・乳) 牛 乳	★レタスのスープ ☆マスタードチキン *マカロニサラダ	★ <u>鶏肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>玉葱</u> ・ <u>レタス</u> ・ <u>キャベツ</u> ・ <u>ズッキーニ</u> <調味料>こしょう・白ワイン・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 鶏がらベース:鶏肉 コンソメ:乳・ <u>鶏肉</u> ・とうもろこし・玉葱・ <u>牛肉エキス</u> ・醤油(小麦・大豆)・香辛料・人参 ☆ <u>鶏肉</u> <調味料>白ワイン・パセリ・オリーブ油 マスタード:醸造酢(<u>りんご</u>)・からし・植物油脂(大豆)・ソテーオニオン・ポークエキス(豚肉・小麦) ウスターソース:砂糖(とうもろこし)・酢・オニオンエキス・トマトエキス パン粉: <u>小麦粉</u> ・砂糖・ショートニング・ <u>大豆粉</u> ・イーストフード(とうもろこし) * <u>玉葱</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>きゅうり</u> ・ <u>コーン</u> ・ <u>ハム</u> :豚肉・澱粉・砂糖 ツイストマカロニ: <u>小麦粉</u> <調味料>こしょう・オリーブ油・フレンチドレッシング:植物油脂・砂糖(とうもろこし・馬鈴薯)・酢・卵 マヨネーズ:植物油脂(とうもろこし)・卵黄・醸造酢(米・ <u>りんご</u>)・レモン果汁・砂糖
30	木	委託ご飯 牛 乳	★のっぺい汁 ☆野菜つくねハンバーグ *塩昆布和え	★ <u>鶏肉</u> ・ <u>里芋</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>大根</u> ・ <u>ごぼう</u> ・ <u>長葱</u> ・ <u>つきこん</u> ・ <u>油揚げ</u> :大豆 <調味料>酒・でん粉・鰹節・鯖節・煮干・昆布・昆布エキス・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹だし:醤油(小麦・大豆)・鰹節・うるめいわし・煮干・昆布・砂糖 ☆ <u>若鶏</u> と <u>野菜</u> の <u>焼きつくね</u> :鶏肉・玉葱・人参・蓮根・葱・砂糖・醤油(小麦・大豆)・水あめ・パン粉 * <u>大根</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>もやし</u> ・ <u>レタス</u> ・ <u>塩こんぶ</u> :醤油(小麦・大豆)・こんぶ・砂糖・ <u>ゼラチン</u> ・酢・とうもろこし <調味料>醤油:小麦・大豆・とうもろこし
31	金	持参ご飯 牛 乳	★すまし汁 ☆さばのみそ煮 *煮しめ	★ <u>人参</u> ・ <u>小松菜</u> ・ <u>えのき茸</u> ・ <u>わかめ</u> ・ <u>豆腐</u> :大豆 <調味料>鰹節・鯖節・煮干・昆布・醤油:小麦・大豆・とうもろこし 白だし: <u>小麦</u> ・ <u>鯖</u> ・ <u>大豆</u> ・鰹節・昆布エキス・水飴 めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 ☆ <u>さばのみそ煮</u> :さば・みそ(大豆)・砂糖 * <u>豚肉</u> ・ <u>人参</u> ・ <u>大根</u> ・ <u>ごぼう</u> ・ <u>椎茸</u> ・ <u>つきこん</u> ・ <u>細竹</u> つと:すけとうだら・澱粉・みりん・ <u>山芋</u> ・乳化剤(豚脂)・ <u>ゼラチン</u> ・ <u>ビーフエキス</u> ・ <u>大豆たん白</u> ・とうもろこし <調味料>酒・米油・砂糖・みりん・醤油:小麦・大豆・とうもろこし めんつゆ:醤油(小麦・大豆)・昆布・鰹節・とうもろこし・馬鈴薯 鰹エキス:鰹節・煮干・鯖節・砂糖・昆布エキス

* 献立は、材料の都合で予告しないで一部を変更することがありますのでご承知下さい。

* ワカメ・昆布はえび・カニの生息域で採取されています。

* うどん・ラーメン・スパゲティ・そうめんの製造工場では、そばを製造しています。

* 大豆製品(豆腐・油揚げ・生揚げ・おから)・つきこん・白滝・こんにゃくの製造工場では、そばを製造しています。

* パン・委託ご飯の製造工場では、くるみ・オレンジ・ごま・落花生・バナナ・キウイフルーツを使用しています。

* つと・さつまあげ・ちくわの製造工場では、えび・イカ・かに・豚肉・卵・乳を使用しています。